

Oddział: CHORZÓW		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2023-12-27		
Dieta: PODSTAWOWA CHOR		
zupa mleczna z kaszą jęczmienna 300ml (MLEKO, GLUTEN), pieczywo razowe 80g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczna 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), pomidor 70g , II Śniadanie: banan 1 szt ,	kompot 250ml (S02), zupa kalafiorowa z grysikiem 350ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g (GLUTEN, JAJA, ,, SELER, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN), Podwieczorek: Serek homogenizowany JAGR 1szt (MLEKO, GLUTEN),	wędlina 50g (SELER, GORCZYCA), ogórek zielony 50g , herbata z cukrem 250ml , Pieczywo mieszane 130g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2594.03 kcal; Energia: 10049.82 kJ; Białko ogółem: 99.49 g; białko zwierzęce: 59.73 g; białko roślinne: 39.77 g; Tłuszcz: 73.88 g; Węglowodany ogółem: 403.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.15 g; Sód: 2433.89 mg; Potas: 2827.48 mg; Wapń: 638.70 mg; Fosfor: 1433.43 mg; Błonnik pokarmowy: 20.90 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Woda: 887.53 g; Popiół: 14.21 g;		
środa 2023-12-27		
Dieta: UBOGOENERGETYCZNA CHOR		
herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (GLUTEN, ŻYTO), masło 10g (MLEKO), serek fromage 70g (MLEKO), pomidor 50g , II Śniadanie: banan 1 szt ,	zupa kalafiorowa z grysikiem 350ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml (S02), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g (GLUTEN, JAJA, ,, SELER, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN), Podwieczorek: jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	wędlina drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), ogórek zielony 50g , herbata bez cukru 250ml , pieczywo razowe 100g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 10g (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1694.51 kcal; Energia: 7022.12 kJ; Białko ogółem: 68.89 g; białko zwierzęce: 39.83 g; białko roślinne: 29.06 g; Tłuszcz: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 278.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.29 g; Sód: 1719.30 mg; Potas: 2425.65 mg; Wapń: 424.06 mg; Fosfor: 1089.19 mg; Błonnik pokarmowy: 19.34 g; suma cukrów prostych: 47.90 g; Woda: 626.13 g; Popiół: 11.17 g;		
czwartek 2023-12-28		
Dieta: DDM CHOR		
kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), pieczywo razowe 20g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 50g (SELER, GORCZYCA), sałata 5g , pomidor 45g , II Śniadanie: pomarańcza 120-150g ,	kompot 250ml (S02), zupa pomidorowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 200g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (MLEKO, GLUTEN), Mini marchewka oprószana 120g (GLUTEN), Podwieczorek: jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo mieszane 70g (GLUTEN, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 40g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2062.54 kcal; Energia: 8195.21 kJ; Białko ogółem: 75.75 g; białko zwierzęce: 42.18 g; białko roślinne: 33.57 g; Tłuszcz: 58.45 g; Węglowodany ogółem: 327.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.12 g; Sód: 2406.22 mg; Potas: 3897.75 mg; Wapń: 600.06 mg; Fosfor: 1267.78 mg; Błonnik pokarmowy: 22.79 g; suma cukrów prostych: 73.40 g; Woda: 1061.78 g; Popiół: 16.08 g;		
czwartek 2023-12-28		
Dieta: LEKKOSTRAWNA CHOR		
kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 300ml (MLEKO, GLUTEN, LUBIN), pieczywo razowe 80g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 50g (SELER, GORCZYCA), sałata 5g , pomidor 45g , II Śniadanie: pomarańcza 120-150g ,	zupa pomidorowa z makaronem 350ml (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml (S02), ziemniaki 250g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (MLEKO, GLUTEN), Mini marchewka oprószana 120g (GLUTEN), Podwieczorek: jogurt owocowy 1szt (MLEKO, GLUTEN),	herbata z cukrem 250ml , Pieczywo mieszane 130g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 50g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2350.84 kcal; Energia: 8800.17 kJ; Białko ogółem: 89.16 g; białko zwierzęce: 51.24 g; białko roślinne: 37.92 g; Tłuszcz: 61.56 g; Węglowodany ogółem: 384.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.50 g; Sód: 2773.70 mg; Potas: 4359.53 mg; Wapń: 626.42 mg; Fosfor: 1424.40 mg; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; suma cukrów prostych: 73.86 g; Woda: 1113.39 g; Popiół: 17.86 g;		

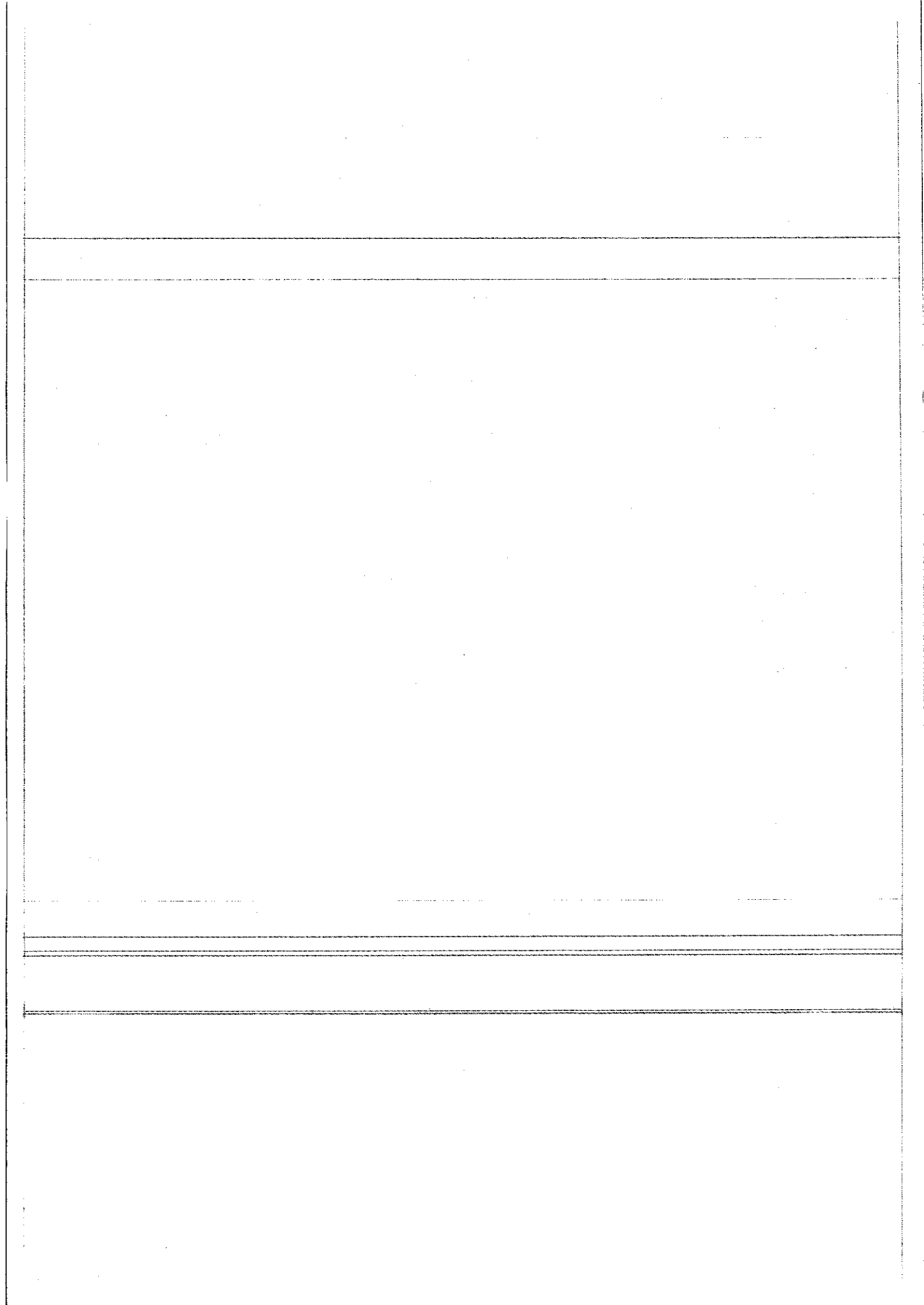
Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: CHORZÓW		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2023-12-29		
Dieta: PODSTAWOWA CHOR		
pieczywo razowe 60g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka maślana 1szt (80g) (MLEKO, GLUTEN, SEZAM), masło 15g (MLEKO), miód 1x25g (ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SEZAM), zupa mleczna z kaszą manną 300ml (MLEKO, GLUTEN), twaróg 30g (MLEKO), SKYR NATURALNY 150G (MLEKO), II Sniadanie: kiwi 120-150g,	kompot 250ml (S02), zupa krupnik 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), naleśniki z serem i dżemem 300g (2 szt) (MLEKO, GLUTEN, S02), MUS OWOCOWY KUBUŚ TUBKA 100G (.), Podwieczorek: galarełka owocowa 150g (MLEKO, GLUTEN),	herbata z cukrem 250ml, Pieczywo mieszane 130g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 50g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g, ONS (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2644.01 kcal; Energia: 10191.49 kJ; Białko ogółem: 90.03 g; białko zwierzęce: 55.64 g; białko roślinne: 34.39 g; Tłuszcz: 66.12 g; Węglowodany ogółem: 440.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; Sód: 2147.15 mg; Potas: 2726.71 mg; Wapń: 740.80 mg; Fosfor: 1328.98 mg; Błonnik pokarmowy: 18.67 g; suma cukrów prostych: 104.92 g; Woda: 884.53 g; Popiół: 13.18 g;		
piątek 2023-12-29		
Dieta: UBOGOENERGETYCZNA CHOR		
bułka grahamka 80g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta twarogowa natur. 50g (MLEKO), herbata bez cukru 250ml, ogórek zielony 70g, SKYR NATURALNY 150G (MLEKO), II Sniadanie: kiwi 120-150g,	zupa krupnik 350ml (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml (S02), ziemniaki 250g, ryba gotowana 100g (GLUTEN, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), surówka z cukini z marchewką 150g (GORCZYCA, SEZAM, LUBIN), MUS OWOCOWY KUBUŚ TUBKA 100G (.), Podwieczorek: galarełka owocowa 150g (MLEKO, GLUTEN),	herbata bez cukru 250ml, pieczywo razowe 80g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 40g (., SELER, GORCZYCA), pomidor 70g, ONS (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 1661.38 kcal; Energia: 6570.31 kJ; Białko ogółem: 71.92 g; białko zwierzęce: 43.62 g; białko roślinne: 28.30 g; Tłuszcz: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 282.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.47 g; Sód: 1445.21 mg; Potas: 4106.74 mg; Wapń: 289.66 mg; Fosfor: 1098.32 mg; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; suma cukrów prostych: 26.62 g; Woda: 1027.95 g; Popiół: 13.22 g;		
sobota 2023-12-30		
Dieta: DDM CHOR		
kakao 250ml (MLEKO), pieczywo razowe 20g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka 50g**L (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 40g (., SELER, GORCZYCA), pomidor 50g, SERK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY TUBKA 120G, II Sniadanie: jabłko 120-150g,	kompot 250ml (S02), Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 150g, kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g (MLEKO, GLUTEN, .), bukiet jarzyn 120g (SELER), FLIPSY 50G, Podwieczorek: Herbatniki 50g,	herbata z cukrem 250ml, pieczywo mieszane 70g (GLUTEN, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z białek 50g (GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), pomidor 50g, ONS (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2274.45 kcal; Energia: 9157.19 kJ; Białko ogółem: 74.24 g; białko zwierzęce: 41.04 g; białko roślinne: 33.20 g; Tłuszcz: 82.91 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.36 g; Sód: 2082.05 mg; Potas: 2999.74 mg; Wapń: 345.27 mg; Fosfor: 1107.45 mg; Błonnik pokarmowy: 20.89 g; suma cukrów prostych: 86.34 g; Woda: 730.92 g; Popiół: 12.41 g;		
sobota 2023-12-30		
Dieta: LEKKOSTRAWNA CHOR		
kakao 250ml (MLEKO), pieczywo razowe 80g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka 50g**L (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 50g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g, SERK HOMOGENIZOWANY WANILIOWY TUBKA 120G, II Sniadanie: jabłko 120-150g,	Zupa dyniowa 400ml (MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml (S02), ziemniaki 250g, kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g (MLEKO, GLUTEN, .), bukiet jarzyn 120g (SELER), FLIPSY 50G, Podwieczorek: Herbatniki 50g,	herbata z cukrem 250ml, Pieczywo mieszane 130g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), pasta z białek 70g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM), pomidor 50g, ONS (MLEKO),
Wartości odżywcze: Energia: 2666.99 kcal; Energia: 10116.37 kJ; Białko ogółem: 92.48 g; białko zwierzęce: 53.27 g; białko roślinne: 39.21 g; Tłuszcz: 88.55 g; Węglowodany ogółem: 400.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.51 g; Sód: 2491.32 mg; Potas: 3888.52 mg; Wapń: 386.75 mg; Fosfor: 1365.85 mg; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; suma cukrów prostych: 87.30 g; Woda: 872.53 g; Popiół: 15.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: CHORZÓW		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Końca Posiłek nocny
nieдіziela 2023-12-31		
Dieta: PODSTAWOWA CHOR		
zupa mleczna z pl. owsianymi 300ml (MLEKO, GLUTEN), pieczywo razowe 80g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), bułka 50g (GLUTEN, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), kielbaska drobiowa z ketchupem 60g (GLUTEN, SELER, GORCZYCA, LUBIN), salata 5g, papryka czerwona 50g, SEREK KANAPKOWY HOCHLAND 30G (GORCZYCA), II Śniadanie: banan 1 szt,	kompot 250ml (S02), zupa rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), ziemniaki 250g, Udko pieczone 1 szt. (200g) (GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN); Mix salata z sosem vinegrette 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), BISZKOPTY 50G, Podwieczorek: Ciasto drożdżowe z posypką 100g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, ORZECH WL),	herbata z cukrem 250ml, Pieczywo mieszane 130g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 15g (MLEKO), wędlina 30g (SELER, GORCZYCA), pomidor 50g, ser żółty 20g (MLEKO), ONS (MLEKO),
<p>Wartości odżywcze: Energia: 3348.40 kcal; Energia: 13117.51 kJ; Białko ogółem: 151.14 g; białko zwierzęce: 111.71 g; białko roślinne: 40.85 g; Tłuszcz: 120.17 g; Węglowodany ogółem: 440.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.73 g; Sód: 3372.41 mg; Potas: 5410.08 mg; Wapń: 892.94 mg; Fosfor: 2226.75 mg; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Woda: 1410.23 g; Popiół: 24.11 g;</p>		
nieдіziela 2023-12-31		
Dieta: UBOGOENERGETYCZNA CHOR		
herbata bez cukru 250ml, bułka grahamka 80g (GLUTEN, ŻYTO), masło 10g (MLEKO), wędlina drobiowa 40g (SELER, GORCZYCA), ogórek zielony 70g, SEREK KANAPKOWY HOCHLAND 30G (GORCZYCA), II Śniadanie: banan 1 szt,	zupa rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), kompot 250ml (S02), ziemniaki 150g, udko gotowane 150g (SELER), Mix salata z sosem vinegrette 120g (MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM), BISZKOPTY 50G, Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt (MLEKO, GLUTEN),	herbata bez cukru 250ml, pieczywo razowe 100g (GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO), masło 10g (MLEKO), wędlina 20g (SELER, GORCZYCA), papryka czerwona 70g, twaróg 30g (MLEKO), ONS (MLEKO),
<p>Wartości odżywcze: Energia: 1872.74 kcal; Energia: 7679.41 kJ; Białko ogółem: 101.04 g; białko zwierzęce: 76.21 g; białko roślinne: 24.83 g; Tłuszcz: 61.45 g; Węglowodany ogółem: 246.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.94 g; Sód: 2404.12 mg; Potas: 3845.00 mg; Wapń: 464.95 mg; Fosfor: 1511.66 mg; Błonnik pokarmowy: 20.20 g; suma cukrów prostych: 48.53 g; Woda: 968.62 g; Popiół: 16.56 g;</p>		

Dietetyk



Jadłospis dorosli

PONIEDZIAŁEK		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z makaronem 250ml 1,7 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , twaróg ze szczypiorkiem 50g 7 , kielbasa żywiecka 15g 6 , papryka 70g pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11	obiad żurek śląski 400ml 9,15 , indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1 , kasza gryczana 180g, fasolka szparagowa 150g, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7 , ONS 4,6,7,12
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z makaronem 250ml 1,7 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , twaróg z koperkiem 50g 7 , polędwica sopocka 15g 6,7 , pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7 ,	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9 , indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1 , kasza jęczmienna 200g 17 , marchewka gotowana 150g, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7 , ONS 4,6,7,12
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z makaronem 250ml 1,7 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 120g 1,15 , masło śmietankowe 10g 7 , twaróg 50g 7 , polędwica sopocka 30g 6,7 , pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9 , indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1 , ziemniaki 200g 7 , marchewka gotowana 150g, herbata z cukrem 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g, biszkopty 10g 1,3,6 , sok tłoczony 200ml	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 10g 7 , szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, miód 25g, kanapkowy serek 30g 7 , ONS 4,6,7,12
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z makaronem 250ml 1,7 , migdały płatki, chleb graham 120g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , twaróg ze szczypiorkiem 50g 7 , papryka 70g II śniadanie bułka grahamka 60g 1 , masło śmietankowe 10g 7 , kielbasa żywiecka 15g 6 , pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9 , indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1 , kasza gryczana 180g, fasolka szparagowa 150g, woda 250ml podwieczorek jabłko 150g, skyr naturalny 150g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 90g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7 , ONS 4,6,7,12
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z makaronem 250ml 1,7 , migdały płatki, bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , twaróg ze szczypiorkiem 50g 7 , polędwica sopocka 15g 6,7 ,	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9 , indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1 , kasza gryczana 180g, fasolka szparagowa 150g, kompot 250ml podwieczorek	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g,

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g

Jadłospis dorosli

papryka 70g, pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11	jabłko 150g, sok tłoczony 200ml	kanapkowy serek 30g 7, ONS 4,6,7,12
Bogato białkowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, zupa mleczna z makaronem 1, 7, bulka pszenna 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 30g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, twaróg 50g 7, południca sopocka 30g 6, sałatka z kalafiozem i jajkiem 135g 3,9,10, pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11 II śniadanie jogurt owocowy 150g 7,	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9 indyk duszony w sosie własnym (udziec) 140g/100ml 1, kasza gryczana 180g fasolka szparagowa 150g kompot 250ml podwieczorek mus owocowy w tubce 100-120g sok tłoczony 200ml	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 60g, sok warzywny 150ml, ONS 4,6,7,12 kanapkowy serek 30g 7
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z makaronem 1, 7, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg 50g 7, południca sopocka 30g 6 sałatka z kalafiozem i jajkiem 135g 3,9,10, pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7,	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9 indyk duszony w sosie własnym (udziec) 140g/100ml 1, kasza gryczana 180g, fasolka szparagowa 150g, woda 250ml podwieczorek mus owocowy w tubce 100-120g, skyr naturalny 150g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 60g, sok warzywny 150ml, ONS 4,6,7,12 kanapkowy serek 30g 7
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z makaronem 1, 7, migdały płatki 10g 8, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg ze szczypiorkiem 50g 7, papryka 70g, pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11 II śniadanie jogurt owocowy 150g 7, bulka pszenna 1szt. 1, masło śmietankowe 10g 7, kielbasa żywiecka 15g 6	obiad żurek śląski 400ml 9,15, indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1, kasza gryczana 180g, marchewka oprószana 150g 1,7 kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, miód 25g, ONS 4,6,7,12, kanapkowy serek 30g 7
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z makaronem 1, 7, migdały płatki 10g 8, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7 kielbasa żywiecka 50g 6, papryka 70g, pasta rybna 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bulka grahamka 80g 1, masło śmietankowe 10g 7 twaróg ze szczypiorkiem 50g 7	obiad zupa ziemniaczana 400ml 7,9, indyk duszony w sosie własnym (udziec) 70g/100ml 1, kasza gryczana 270g, marchewka oprószana 150g 1,7 woda 250ml podwieczorek jabłko 150g, skyr naturalny 150g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 100g, pomidor 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12, kanapkowy serek 30g 7

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorośli

WTOREK		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , jajko 50g 3 , szynka wieprzowa 20g 6,7 , ogórek zielony 70g majonez 10g 3, 10 , skyr owocowy 120g 7	obiad zupa jarzynowa z grysiem 400ml 1,7,9 , makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9 , kompot 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , pasztet z kurcząt pomidorowy 50g, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta z białka jaja 65g 3 , szynka wieprzowa 20g 6,7 , pomidor 70g, skyr owocowy 120g 7	obiad zupa jarzynowa z grysiem łatwostrawna 400ml 1,7,9 , makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9 , kompot 250ml podwieczorek banan 120g (1 szt.), ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 120g 1,15 masło śmietankowe 10g 7 , pasta z białka jaja 65g 3 , szynka wieprzowa 40g 6,7 , jabłko pieczone 50g, skyr owocowy 120g 7	obiad zupa jarzynowa z grysiem b/tłuszczowa 400ml 1,7,9 , makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9 , herbata z cukrem 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), biszkopty 10g 1,3,6 , ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g
Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , wiórki kokosowe, chleb graham 120g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , jajko 50g 1szt. 3 , szynka wieprzowa 40g 6 , ogórek zielony 70g II śniadanie bułka grahamka 60g 1 , masło śmietankowe 10g 7 , szynka wieprzowa 40g 6 , majonez 10g 3, 10 , skyr owocowy 120g 7	obiad zupa jarzynowa z grysiem 400ml 1,7,9 , makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9 , kompot 250ml podwieczorek gruszka 120g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 90g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 50g, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, mus: jogurt z owocami 100g
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , wiórki kokosowe, bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 masło śmietankowe 20g 7 , jajko 50g 3 , szynka wieprzowa 20g 6,7 , ogórek zielony 70g, majonez 10g 3, 10 , skyr owocowy 120g 7	obiad zupa jarzynowa z grysiem 400ml 1,7,9 , makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9 , kompot 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 50g, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g
Bogato białkowa		

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g

Jadłospis dorosli

<p>śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16, bułka pszenna 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 30g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, pasta z białka jaja 65g 3,7, szynka wieprzowa 20g 6, sałatka z brokułem i kukurydzą 135g 3,7,10, majonez 10g 3, 10 skyr owocowy 120g 7, II śniadanie jogurt naturalny 150g 7</p>	<p>obiad zupa jarzynowa z grysiem łatwostrawna 400ml 1,7,9, makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9, filet z kurczaka gotowany 70g, kompot 250ml podwieczorek mus owocowy 120g ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 30g, połudwica sopocka 30g 6,7, sok warzywny 150ml, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g</p>
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
<p>śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z białka jaja 65g 3,7, szynka wieprzowa 20g 6, sałatka z brokułem i kukurydzą 135g 3,7,10, majonez 10g 3, 10 skyr owocowy 120g 7, II śniadanie jogurt naturalny 150g 7</p>	<p>obiad zupa jarzynowa z grysiem łatwostrawna 400ml 1,7,9, makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9, filet z kurczaka gotowany 70g, woda 250ml podwieczorek mus owocowy 120g ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 30g, połudwica sopocka 30g 6,7, sok warzywny 150ml, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g</p>
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
<p>śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16, wiórki kokosowe 10g, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, jajko 50g 3, ogórek zielony 70g, majonez 10g 3,10, skyr owocowy 120g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka kajzerka 1szt. 1, masło śmietankowe 10g 7, szynka wieprzowa 20g 6,7</p>	<p>obiad zupa jarzynowa z grysiem 400ml 1,7,9, makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9, kompot 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 30g, kielbasa żywiecka 20g 6, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, dżem 25g, kasza jaglana z jabłkiem i cynamonem 100g</p>
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
<p>śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 wiórki kokosowe 10g, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, jajko 50g 1szt. 3 szynka wieprzowa gotowana 50g 6, ogórek zielony 80g, majonez 10g 3,10, skyr owocowy 120g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka grahamka 60g 1, masło śmietankowe 10g 7, jajko 50g 1 szt. 3</p>	<p>obiad zupa jarzynowa z grysiem 400ml 1,7,9, makaron z sosem mięsno warzywnym 350g 1,9, filet z kurczaka gotowany 70g, woda 250ml podwieczorek gruszka 120g, ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 100g kielbasa żywiecka 20g 6, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, mus jogurt z owocami 100g</p>

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorośli

ŚRODA		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7,17, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb graham 80g 1, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 20g 6, pasta z makreli, pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7	obiad barszcz ukraiński 400ml 1,7,9, jajko sadzone 100g (2sztuki) 3, ziemniaki 200g 7, kalafior gotowany 150g 1 kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, owsianka 170g w tubce 7,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasztet 50g, papryka 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 50g 6, ser twarogowy półtłusty 20g 7, pomidor 70g, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	obiad barszcz ukraiński 400ml 1,7,9, jajko w sosie koperkowym 350g 1,3,7, ziemniaki 200g 7, marchewka oprószana 150g 1, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, owsianka w tubce 170g 7,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, bułka kajzerka 1szt. 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 120g 1,15, masło śmietankowe 10g 7, polędwica sopocka 50g 6, ser twarogowy półtłusty 20g 7, pomidor 70g, jogurt naturalny 150g 7, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	obiad barszcz ukraiński 400ml 1,7,9, palki z kurczaka w sosie koperkowym 1,3,7, ziemniaki 200g 7, cukinia gotowana 1, herbata z cukrem 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g, biszkopty 10g 1,3,6, owsianka w tubce 170g 7,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, bułka kajzerka 1szt. 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, dżem 25g, ONS 4,6,7,12
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, czekolada 60-70% kakao 10g, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 20g 6, pasta z makreli 60g, pomidor 70g II śniadanie bułka grahamka 60g 1, masło śmietankowe 10g 7, polędwica sopocka 20g 6,7, kanapkowy serek 30g 7	obiad barszcz ukraiński 400ml 1,7,9, jajko sadzone 100g (2sztuki) 3, ziemniaki 200g 7, kalafior gotowany 150g 1, woda 250ml podwieczorek sok warzywny 150ml skyr naturalny 150g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 90g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 50g, papryka 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, czekolada 60-70% kakao 10g, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb graham 80g 1,	obiad barszcz ukraiński 400ml 1,7,9, jajko w sosie koperkowym 350g 1,3,7, ziemniaki 200g 7 kalafior gotowany 150g 1,	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7,

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorosli

masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 30g 6, ser twarogowy półtłusty 20g 7, pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7	kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, owsianka w tubce 170g 7,16	szynka z piersi kurczaka 50g, papryka 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12
Bogato białkowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, bułka pszenna 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 30g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, polędwica sopocka 50g 6, ser twarogowy półtłusty 40g 7, sałatka jarzynowa 135g 3,9,10, kanapkowy serek 30g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7	obiad barszcz czerwony z ziemniakami 400ml 7,9, jajko w sosie koperkowym 350g 1,3,7, ziemniaki 200g 7 kalafior gotowany 150g 1, kompot 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g owsianka w tubce 170g 7,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 50g, ser żółty 15g 7, sok warzywny 150ml ONS 4,6,7,12
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 70g 6, ser twarogowy półtłusty 40g 7, sałatka jarzynowa 135g 3,9,10, kanapkowy serek 30g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7	obiad barszcz czerwony z ziemniakami 400ml 7,9, jajko w sosie koperkowym 350g 1,3,7, ziemniaki 200g 7 kalafior gotowany 150g 1, woda 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g owsianka w tubce 170 g 7,16	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 60g, sok warzywny 150ml ONS 4,6,7,12
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, czekolada 60-70% kakao 10g 7, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 50g 6, pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka kajzerka 1szt. 1, masło śmietankowe 10g 7	obiad barszcz czerwony z ziemniakami 400ml 7,9, jajko sadzone 100g (2sztuki) 3, ziemniaki 200g 7, kalafior gotowany 150g 1, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, owsianka w tubce 170g 7,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 90g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 50g, papryka 65g, sałata 5g, dżem 25g ONS 4,6,7,12
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml 7, 17, czekolada 60-70% kakao 10g 7, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 60g 6, twaróg półtłusty 50g 7, pomidor 80g, kanapkowy serek 30g 7 II śniadanie serek homogenizowany naturalny 150g 7, bułka grahamka 60g 1,	obiad barszcz czerwony z ziemniakami 400ml 7,9, jajko sadzone 100g (2sztuki) 3, ziemniaki 200g 7, kalafior gotowany 150g 1, woda 250ml podwieczorek jabłko 150g, skyr naturalny 150g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 100g, papryka 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorosli

masło śmietankowe 10g 7, połędwica sopocka 40g 6,		
--	--	--

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorosli

CZWARTEK		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta jajeczna ze szczyptką 65g 3,7 , szynka z indyka 20g ogórek 70g serek homogenizowany waniliowy 120g 7	obiad zupa ogórkowa z ryżem 400ml 7,9 , filet z kurczaka panierowany 90g 1,3 , ziemniaki 200g 7 , surówka z marchwi i jabłka 150g 7 , kompot 250ml podwieczorek kiwi 150g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , polędwica sopocka 50g 6 , pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta z białka jaja 65g 3,7 , szynka z indyka 20g, pomidor 70g serek homogenizowany waniliowy 120g 7	obiad zupa koperkowa z ryżem 400ml 7,9 , filet z kurczaka gotowany 70g, sos pomidorowy 100g 1,7 , ziemniaki 200g 7 , szpinak gotowany 150g 1,7 , kompot 250ml podwieczorek kiwi 150g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , polędwica sopocka 50g 6 , pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 120g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta z białka jaja 65g 3,7 , szynka z indyka 30g pomidor 70g serek homogenizowany waniliowy 120g 7	obiad zupa koperkowa z ryżem 400ml 7,9 , filet z kurczaka gotowany 70g, sos pomidorowy b/tłuszczu 100g 1,7 , ziemniaki 200g 7 , szpinak gotowany 150g 1,7 , herbata z cukrem 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), biszkopty 10g 1,3,6 ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , polędwica sopocka 50g 6 , pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , migdały płatki 10g, chleb graham 120g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 40g, ogórek 70g II śniadanie bułka grahamka 60g 1 , pasta jajeczna ze szczyptką 65g 3 skyr naturalny 150g 7	obiad zupa ogórkowa z ryżem 400ml 7,9 , filet z kurczaka gotowany 80g, sos pomidorowy 100g 1,7 , ziemniaki 200g 7 , szpinak gotowany 150g 1,7 , woda 250ml podwieczorek kiwi 150g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 90g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , polędwica sopocka 50g 6 , pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 , migdały płatki 10g, bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta jajeczna ze szczyptką 65g 3,7 , szynka z indyka 20g,	obiad zupa ogórkowa z ryżem 400ml 7,9 , filet z kurczaka gotowany 80g, sos pomidorowy 100g 1,7 , ziemniaki 200g 7 , szpinak gotowany 150g 1,7 , kompot 250ml podwieczorek	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , polędwica sopocka 50g 6 , pomidor 65g, sałata 5g,

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorosłi

ogórek 70g serek homogenizowany waniliowy 120 g7	kiwi 150g ONS 4,6,7,12	kanapkowy serek 30g 7
Bogato białkowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16, bułka pszenna 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 30g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, pasta z białka jaja 65g 3,7, szynka z indyka 20g, sałatka z brokułem i kukurydzą 135g 3,7,10 serek homogenizowany waniliowy 120g 7 II śniadanie jogurt owocowy 150g 7	obiad zupa koperkowa z ryżem 400ml 7, 9, filet z kurczaka gotowany 140g, sos pomidorowy 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, szpinak gotowany 150g 1,7, kompot 250ml podwieczorek mus owocowy 120g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7 połudwica sopocka 60g 6, sok warzywny 150ml, kanapkowy serek 30g 7
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7, 16, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7 pasta z białka jaja 65g 3,7, szynka z indyka 40g, sałatka z brokułem i kukurydzą 135g 3,7,10, skyr naturalny 150g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7	obiad zupa koperkowa z ryżem 400ml 7,9, filet z kurczaka gotowany 140g, sos pomidorowy 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, szpinak gotowany 150g 1,7, woda 250ml podwieczorek mus owocowy 120g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, połudwica sopocka 60g 6, sok warzywny 150ml, kanapkowy serek 30g 7
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 migdały płatki 10g 8, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 65g 3,7, ogórek 70g, serek homogenizowany waniliowy 120g 7 II śniadanie jogurt owocowy 150g 7, bułka kajzerka 1szt. 1, masło śmietankowe 10g 7, szynka z indyka 20g	obiad zupa ogórkowa z ryżem 400ml 7,9, filet z kurczaka panierowany 90g 1,3, ziemniaki 200g 7, surówka z marchwi i jabłka 150g 7, kompot 250ml podwieczorek kiwi 150g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, połudwica sopocka 50g 6, pomidor 65g, sałata 5g, dżem 25g kanapkowy serek 30g 7
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml 7,16 migdały płatki 10g 8, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 80g, ogórek 80g, skyr naturalny 150g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka grahamka 60g 1, masło śmietankowe 10g 7, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 65g 3	obiad zupa ogórkowa z ryżem 400ml 7,9, filet z kurczaka panierowany 90g 1,3, filet z kurczaka gotowany 70g, sos pomidorowy 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, surówka z marchwi i jabłka 150g 7, woda 250ml podwieczorek kiwi 150g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, połudwica sopocka 100g 6, pomidor 65g, sałata 5g, kanapkowy serek 30g 7

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorośli

PIĄTEK		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, pieczywo maślane 80g 1,3, chleb graham 80g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg na słodko 50g 7, dżem 25g, pasta warzywna 80g	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ziemniaki 200g 7, surówka z kiszonej kapusty 150g, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, ser żółty 50g 7, ogórek zielony 65g, salata 5g, ONS 4,6,7,12
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, pieczywo maślane 80g 1,3, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 masło śmietankowe 20g 7, twaróg na słodko 50g 7, dżem 25g, kanapkowy serek 30g 7	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba gotowana 90g 4, sos pietruszkowy 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, brokuły gotowane 150g 7, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z białka jaja 65g 3,7, pomidor 65g, salata 5g, ONS 4,6,7,12
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, pieczywo maślane 80g 1,3, chleb pszenno-żytni 90g 1,15, masło śmietankowe 20g 7, twaróg na słodko 50g 7, dżem 25g, jogurt naturalny 150g 7, kanapkowy serek 30g 7	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba gotowana 90g 4, sos pietruszkowy b/tłuszczu 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, marchewka oprószana 150g 1,7, herbata z cukrem 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g, biszkopty 10g 1,3,6, sok tłoczony 200ml, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z białka jaja 65g 3,7, pomidor 65g, salata 5g, miód 25g, ONS 4,6,7,12
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, wiórki kokosowe 10g, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg ze szczypiorkiem 50g 7, pasta z ciecierzycy pomidorowa 30g, papryka 70g, pasta warzywna 80g II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka grahamka 60g 1, pasta z ciecierzycy pomidorowa 30g	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ziemniaki 200g 7, surówka z kiszonej kapusty 150g, woda 250ml podwieczorek jabłko 150g, woda, deser ryżowo-owocowy 100g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 90g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z białka jaja dietetyczna 100g 3,7, ogórek zielony 65g, salata 5g, ONS 4,6,7,12
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, wiórki kokosowe 10g, bułka kajzerka 1szt. 1, chleb graham 80g 1, masło śmietankowe 20g	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ziemniaki 200g 7, surówka z kiszonej kapusty 150g, kompot 250ml	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7,

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorośli

7, twaróg ze szczypiorkiem 50g 7, pasta z ciecierzycy pomidorowa 25g, papryka 70g, pasta warzywna 80g	podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	pasta z białka jaja dietetyczna 65g 3,7, ogórek zielony 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12
Bogato białkowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, pieczywo maślane 80g 1,3, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, twaróg na słodko 50g 7, dżem 25g, pasta warzywna 80g II śniadanie jogurt naturalny 150g 7	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ryba gotowana 90g 4, sos pietruszkowy 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, brokuły gotowane 150g 7, kompot 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g sok tłoczony 200ml mus zbożowo-owocowy 170g 1, 16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z piersi kurczaka 60g, sałatka z kalaflorem i jajkiem 135g 3,9,10 ONS 4,6,7,12
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg 50g 7, szynka z piersi kurczaka 40g, pasta warzywna 80g II śniadanie jogurt naturalny 150g 7	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ryba gotowana 90g 4, sos pietruszkowy 100g 1,7, ziemniaki 200g 7, brokuły gotowane 150g 7, woda 250ml podwieczorek jabłko pieczone 150g woda deser ryżowo-owocowy 100g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z białka jaja 65g 3,7, sałatka z brokulem i kukurydzą 135g 3,7,10 ONS 4,6,7,12
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, wiórki kokosowe 10g, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, jajko ugotowane 50g 3, papryka 70g, pasta warzywna 80g II śniadanie bułka pszenna 1szt. 1, masło śmietankowe 10g 7, twaróg na słodko 50g 7	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ziemniaki 200g 7, brokuły gotowane 150g 7, kompot 250ml podwieczorek jabłko 150g, sok tłoczony 200ml, mus zbożowo-owocowy 170g 1,16	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, ser żółty 20g 7, pasta z białka jaja 40g 3,7, ogórek zielony 65g, sałata 5g, miód 25g ONS 4,6,7,12
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, zupa mleczna z kaszą manną 250ml 1,7, wiórki kokosowe 10g, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, jajko ugotowane 100g (2szt.) 3, papryka 80g, pasta warzywna 80g II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka grahamka 60g 1, masło śmietankowe 10g 7, szynka z indyka 50g	obiad zupa pomidorowa z makaronem 400ml 1,7,9, ryba panierowana 90g 1,3,4, ryba gotowana 90g 4, sos pietruszkowy 50g 1,7, ziemniaki 200g 7, brokuły gotowane 150g 7, woda 250ml podwieczorek jabłko 150g, woda 0,5l, deser ryżowo-owocowy 100g 7	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, polędwica sopocka 40g 6, pasta z białka jaja 100g 3,7, ogórek zielony 65g, sałata 5g, ONS 4,6,7,12

Dieta podstawowa I jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g

Jadłospis dorosli

SOBOTA		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , kielbasa szynkowa z indyka 40g, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, skyr owocowy 120g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17 , kotlet mielony drobiowy 90g 1,3 , ziemniaki 200g 7 , buraczki gotowane 150g 7 , kompot 250ml podwieczorek gruszka 120g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta z ciecierzycy pomidorowa 40g, polędwica sopocka 20g 6 , pomidor 70g, tymbaliki 100g 1,3,9
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , kielbasa szynkowa z indyka 40g, pomidor 65g, sałata 5g, skyr owocowy 120g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17 , pulpet drobiowy 140g 1,3 , sos z białych warzyw 100g 1,9 , ziemniaki 200g 7 , buraczki gotowane 150g 7 , kompot 250ml podwieczorek gruszka 120g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , twaróg z koperkiem 50g 7 , polędwica sopocka 30g 6 , pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 120g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , kielbasa szynkowa z indyka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, skyr owocowy 120g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną b/tłuszczu 400ml 9,17 , pulpet drobiowy 140g 1,3 , sos z białych warzyw b/tłuszczu 100g 1,9 , ziemniaki 200g 7 buraczki gotowane 150g 7 , herbata z cukrem 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), biszkopty 10g 1,3,6 , ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , twaróg z koperkiem 50g 7 , polędwica sopocka 40g 6 , pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , chleb graham 120g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , kielbasa szynkowa z indyka 40g, ogórek kwaszony 75g, sałata 5g II śniadanie bułka grahamka 60g 1 , masło śmietankowe 10g 7 , ser żółty 15g 7 , skyr naturalny 150g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17 , pulpet drobiowy 90g 1,3 , sos z białych warzyw 100g 1,9 , ziemniaki 200g 7 , buraczki gotowane b/cukru 150g 7 , woda 250ml podwieczorek gruszka 120g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , pasta z ciecierzycy pomidorowa 40g, polędwica sopocka 20g 6 , pomidor 70g, tymbaliki 100g 1,3,9
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt., chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , kielbasa szynkowa z indyka 40g,	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17 , pulpet drobiowy 90g 1,3 , sos z białych warzyw 100g 1,9 , ziemniaki 200g 7 , marchewka z groszkiem 150g,	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 ,

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorośli

ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, skyr owocowy 120g	kompot 250ml podwieczorek gruszka 120g, ONS 4,6,7,12	pasta z ciecierzycy pomidorowa 40g, połędwica sopocka 20g 6, pomidor 70g. tymbalki 100g 1,3,9
Bogato białkowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, bułka pszenna 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 30g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, kielbasa szynkowa z indyka 40g, sałatka z brokułem i kukurydzą 135g 3,7,10 skyr owocowy 120g 7 II śniadanie serek homogenizowany smakowy 150g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17, pulpet drobiowy 140g 1,3, sos z białych warzyw 100g 1,9, ziemniaki 200g 7, buraczki gotowane 150g, kompot 250ml podwieczorek mus owocowy 120g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg 50g 7, połędwica sopocka 40g 6, sok warzywny 150ml, tymbalki 100g 1, 3, 9
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, chleb graham 120g, masło śmietankowe 20g 7, kielbasa szynkowa z indyka 40g, sałatka z brokułem i kukurydzą 135g 3,7,10, skyr naturalny 150g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17, pulpet drobiowy 140g 1,3, sos z białych warzyw 100g 1,9, ziemniaki 200g 7, buraczki gotowane 150g, woda 250ml podwieczorek mus owocowy 120g ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, twaróg 50g 7, połędwica sopocka 40g 6, sok warzywny 150ml, tymbalki 100g 1, 3, 9
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, kielbasa szynkowa z indyka 40g, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, skyr owocowy 120g 7 II śniadanie Serek homogenizowany waniliowy 150g 7, bułka kajzerka 1szt. 1, masło śmietankowe 10g 7	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17, kotlet mielony drobiowy 90g 1,3, ziemniaki 200g 7, buraczki gotowane 150g, kompot 250ml podwieczorek banan 120g (1szt.), czekolada 60-70% kakao 10g , ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z ciecierzycy pomidorowa 40g, połędwica sopocka 20g 6, pomidor 70g miód 25g, tymbalki 100g 1,3,9
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, kielbasa szynkowa z indyka 80g, ogórek kwaszony 65g, sałata 5g, skyr naturalny 150g 7 II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka grahamka 80g 1, masło śmietankowe 10g 7, kielbasa szynkowa z indyka 20g	obiad krupnik z kaszą jęczmienną 400ml 9,17, pulpet drobiowy 140g 1,3, sos z białych warzyw 100g 1,9, ziemniaki 200g 7, buraczki gotowane 150g, woda 250ml podwieczorek gruszka 120g, czekolada 60-70%kakao 10g 7, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, pasta z ciecierzycy pomidorowa 40g, połędwica sopocka 80g 6, pomidor 70g, tymbalki 100g 1,3,9

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorosli

NIEDZIELA		
Podstawowa		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , frankfurterki 40g (1szt) 6,8 , pomidor 65g, sałata 5g, musztarda 1,10 , ketchup 15g 1,9 , deser ryżowo-owocowy 100g 7	obiad rosół z makaronem 400ml 1,9 , schab duszony w sosie własnym 70g/100ml 1 , ziemniaki 200g 1 , kapusta czerwona gotowana 150g, kompot 250ml podwieczorek melon 200g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , chleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 30g, ser żółty 20g 7 , papryka 70g, filet śledziowy 100g 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10 ,
Łatwostrawna		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , parówka drobiowa 40g (1szt) 6,7,9,10 , pomidor 65g, sałata 5g, ketchup 15g 1,9 , deser ryżowo-owocowy 100g 7	obiad rosół z makaronem 400ml 1,9 , schab duszony w sosie własnym 70g/100ml 1 , ziemniaki 200g 1 , bukiet jarzyn 150g, kompot 250ml podwieczorek banan 120g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 30g, ser twarogowy półtłusty 20g 7 , pomidor 70g, kanapkowy serek 30g 7
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb pszenno-żytni 120g 1,15 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z piersi kurczaka 50g, pomidor 65g, sałata 5g, ketchup 15g 1,9 , deser ryżowo-owocowy 100g 7	obiad rosół z makaronem 400ml 1,9 , schab duszony w sosie własnym 70g/100ml 1 , ziemniaki 200g 1 , cukinia gotowana 150g, herbata z cukrem 250ml podwieczorek melon 200g, biszkopty 10g 1,3,6 , ONS 4,6,7,12	kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , bułka kajzerka 1szt. 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 30g, ser twarogowy półtłusty 20g 7 , pomidor 70g, miód 25g, kanapkowy serek 30g 7
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
śniadanie herbata bez cukru 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , chleb graham 120g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , parówka drobiowa 40g 1szt 6,7,9,10 , pomidor 65g, sałata 5g, musztarda 15g 1,10 , ketchup 15g 1,9 , deser ryżowo-owocowy 100g 7 II śniadanie bułka grahamka 60g 1 , jaja gotowane 50g (1szt.) 3	obiad rosół z makaronem 400ml 1,9 , schab duszony w sosie własnym 70g/100ml 1 , ziemniaki 300g 1 , kapusta czerwona gotowana 150g, woda 250ml podwieczorek melon 200g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 90g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 30g, twarogowy półtłusty 20g 7 , papryka 70g, filet śledziowy 100g 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10 ,
O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17 , bułka kajzerka 1szt. 1 , chleb graham 80g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , parówka drobiowa 40g (1szt) 6,7,9,10 , pomidor 65g, sałata 5g, musztarda 15g 1,10 , ketchup 15g 1,9 , deser ryżowo-owocowy 100g 7	obiad rosół z makaronem 400ml 1,9 , schab duszony w sosie własnym 70g/100ml 1 , ziemniaki 200g 1 , kapusta czerwona gotowana 150g, kompot 250ml podwieczorek melon 200g, ONS 4,6,7,12	kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15 , c hleb graham 40g 1 , masło śmietankowe 20g 7 , szynka z indyka 30g, twarogowy półtłusty 20g 7 , papryka 70g, filet śledziowy 100g 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10 ,

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

Jadłospis dorosli

Bogato białkowa		
<p>śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, bułka pszenna 1szt. 1, chleb pszenno-żytni 30g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 10g 7, kielbaska drobiowa 40g (1szt) 6,7,9,10, ketchup 10g 9, sałatka jarzynowa 135g 3,9,10, musztarda 15g 1, 10, ketchup 15g 1,9</p> <p>II śniadanie jogurt owocowy 150g 7 deser ryżowo-owocowy 100g 7</p>	<p>obiad rosół z makaronem 400ml 1,9, schab duszony w sosie własnym 140g/100ml 1, ziemniaki 200g 1, bukiet jarzyn 150g, kompot 250ml</p> <p>podwieczorek ananas z puszkii bez zalewy 60g ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 40g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 30g ser żółty 15g 7, sok warzywny 150ml, filet śledziowy 100g 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10,</p>
Bogato białkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
<p>śniadanie herbata bez cukru 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, chleb graham 120g masło śmietankowe 20g 7, kielbaska drobiowa 40g (1szt) 6,7,9,10, ketchup 10g 9, sałatka jarzynowa 135g 3,9,10, jajko 1szt 3, musztarda 15g 1, 10, ketchup 15g 1,9</p> <p>II śniadanie jogurt naturalny 150g 7 deser ryżowo-owocowy 100g 7</p>	<p>obiad rosół z makaronem 400ml 1,9, schab duszony w sosie własnym 140g/100ml 1, ziemniaki 200g 1, bukiet jarzyn 150g, woda 250ml</p> <p>podwieczorek jablko pieczone 150g ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 60g, ser twarogowy półtusty 20g 7, s ok warzywny 150ml, filet śledziowy 100g 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10,</p>
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających		
<p>śniadanie herbata z cukrem 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, frankfurterki 40g (1szt) 6,9, pomidor 65g, sałata 5g musztarda 15g 1, 10, ketchup 15g 1,9</p> <p>II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka kajzerka 1szt. 1, masło ekstra 10g 7, dżem 25g deser ryżowo owocowy 100g 7</p>	<p>obiad rosół z makaronem 400ml 1,9, schab duszony w sosie własnym 70g/100ml 1, ziemniaki 200g 1, bukiet jarzyn 150g, kompot 250ml</p> <p>podwieczorek melon 200g, herbatniki 30g 1,3,7, ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno-żytni 60g 1,15, chleb graham 60g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 30g, ser żółty 20g 7, papryka 70g, filet śledziowy 100g 2,3,4,6,7,9,10</p>
Bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
<p>Śniadanie herbata bez cukru 250ml, kawa zbożowa na mleku 250ml 7,15,17, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, parówka drobiowa 40g (1szt) 6,7,9,10, jaja gotowane 50g (1szt.) 3, pomidor 65g, sałata 5g, musztarda 15g 1, 10, ketchup 15g 1,9</p> <p>II śniadanie jogurt naturalny 150g 7, bułka grahamka 60g 1, masło śmietankowe 10g 7 jaja gotowane 50g (1szt.) 3 deser ryżowo owocowy 100g 7</p>	<p>obiad rosół z makaronem 400ml 1,9, schab duszony w sosie własnym 140g/100ml 1, ziemniaki 300g 1, bukiet jarzyn 150g, woda 250ml</p> <p>podwieczorek melon 200g, czekolada 60-70%kakao 10g 7, ONS 4,6,7,12</p>	<p>kolacja herbata bez cukru 250ml, chleb graham 120g 1, masło śmietankowe 20g 7, szynka z indyka 80g, ser żółty 20g 7, papryka 70g, filet śledziowy 100g 2,3,4,6,7,9,10</p>
<p>Oznaczenia alergenów:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p>1 zboża zawierające gluten pszenny</p> <p>2 skorupiaki i pochodne</p> <p>3 jaja i pochodne</p> <p>4 ryby i pochodne</p> <p>6 soja i pochodne</p> <p>7 mleko i pochodne</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p>9 seler i pochodne</p> <p>10 gorczyca i pochodne</p> <p>11 sezam i pochodne</p> <p>12 Dwutlenek siarki i siarczany</p> <p>15 zboża zawierające gluten żytni</p> <p>16 zboża zawierające gluten owsiany</p> <p>17 zboża zawierające gluten jęczmienny</p> </div> </div>		

Dieta podstawowa i jej modyfikacje: 2300kcal; białko 86g, tłuszcze 76g, węglowodany 315g

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu: 2300kcal; białko 92g, tłuszcze 51g, węglowodany 368g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2300kcal; białko 96g, tłuszcze 76g, węglowodany 306g

Dieta bogato białkowa i jej modyfikacje 2500kcal/dobę; białko 115g, tłuszcze 83g, węglowodany 322g

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających: 2800kcal; białko 98g, tłuszcze 93g, węglowodany 390g)

Dieta bogato energetyczna z wykluczeniem produktów wzdymających z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych: 2800kcal; białko 140g, tłuszcze 102g, węglowodany 329g)

