**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2023-11-20** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser żółty 40g (***MLEKO***), mleko 3,2% 50ml (***MLEKO***), pomidor 20g , jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa krem z kukurydzy 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ryż 200g , potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), marchewka z groszkiem 120g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 40g (***., SELER, GORCZYCA***), sałata 5g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2346.59 kcal; Energia: 9200.21 kJ; Białko ogółem: 80.53 g; białko zwierzęce: 43.48 g; białko roślinne: 38.69 g; Tłuszcz: 68.48 g; Węglowodany ogółem: 381.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.43 g; Sód: 2801.96 mg; Potas: 2508.40 mg; Wapń: 870.76 mg; Fosfor: 1442.99 mg; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; suma cukrów prostych: 36.51 g; Woda: 671.47 g; Popiół: 14.33 g; | | |
| **poniedziałek 2023-11-20** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| wędlina 40g (***., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), mleko 3,2% 50ml (***MLEKO***), pomidor 20g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | kartoflany krem z pietruszką 350ml , kompot 250ml (***S02***), ryż 200g , potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Marchewka oprószana 120g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 40g (***., SELER, GORCZYCA***), sałata 5g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 1821.64 kcal; Energia: 6161.51 kJ; Białko ogółem: 53.87 g; białko zwierzęce: 25.20 g; białko roślinne: 28.68 g; Tłuszcz: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 319.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.75 g; Sód: 1474.02 mg; Potas: 1530.12 mg; Wapń: 394.08 mg; Fosfor: 779.23 mg; Błonnik pokarmowy: 14.63 g; suma cukrów prostych: 61.74 g; Woda: 568.80 g; Popiół: 8.05 g; | | |
| **poniedziałek 2023-11-20** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser żółty 40g (***MLEKO***), mleko 3,2% 50ml (***MLEKO***), pomidor 20g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa krem z kukurydzy 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ryż 250g , potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), marchewka z groszkiem 120g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), | wędlina 40g (***., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), sałata 5g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2150.93 kcal; Energia: 7398.90 kJ; Białko ogółem: 71.48 g; białko zwierzęce: 40.17 g; białko roślinne: 32.95 g; Tłuszcz: 59.43 g; Węglowodany ogółem: 355.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.36 g; Sód: 2188.99 mg; Potas: 2103.74 mg; Wapń: 755.30 mg; Fosfor: 1163.02 mg; Błonnik pokarmowy: 19.31 g; suma cukrów prostych: 63.74 g; Woda: 687.87 g; Popiół: 12.27 g; | | |
| **wtorek 2023-11-21** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg 50g (***MLEKO***), Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 50g , kiełki 5g , | zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), pieczeń rzymska duszona zsosem z lubczykiem 100/100ml , brukselka 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), pasztet pieczony 70g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), papryka czerwona 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2341.39 kcal; Energia: 9027.81 kJ; Białko ogółem: 77.36 g; białko zwierzęce: 35.17 g; białko roślinne: 42.19 g; Tłuszcz: 68.19 g; Węglowodany ogółem: 386.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.83 g; Sód: 2316.55 mg; Potas: 4138.09 mg; Wapń: 747.20 mg; Fosfor: 1351.94 mg; Błonnik pokarmowy: 33.01 g; suma cukrów prostych: 57.10 g; Woda: 994.35 g; Popiół: 16.69 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2023-11-21** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| dżem 25g , herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg 70g (***MLEKO***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), | zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), pieczeń rzymska duszona zsosem z lubczykiem 100/100ml , bukiet jarzyn 150g (***SELER***), ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g , sałata 20g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 1938.18 kcal; Energia: 6365.58 kJ; Białko ogółem: 55.28 g; białko zwierzęce: 21.86 g; białko roślinne: 33.42 g; Tłuszcz: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 360.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.95 g; Sód: 1130.92 mg; Potas: 3297.38 mg; Wapń: 589.33 mg; Fosfor: 869.54 mg; Błonnik pokarmowy: 17.46 g; suma cukrów prostych: 105.26 g; Woda: 986.63 g; Popiół: 11.84 g; | | |
| **wtorek 2023-11-21** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 10g (***MLEKO***), dżem 25g , Kawa zbożowa z mlekiem 2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), twaróg 70g (***MLEKO***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), kotlet mielony 110g (***GLUTEN, JAJA, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***), brukselka 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | pasztet pieczony 70g (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2477.64 kcal; Energia: 8569.29 kJ; Białko ogółem: 89.63 g; białko zwierzęce: 53.46 g; białko roślinne: 36.18 g; Tłuszcz: 74.32 g; Węglowodany ogółem: 385.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; Sód: 1816.08 mg; Potas: 4235.24 mg; Wapń: 855.53 mg; Fosfor: 1405.16 mg; Błonnik pokarmowy: 20.35 g; suma cukrów prostych: 113.56 g; Woda: 1151.62 g; Popiół: 16.55 g; | | |
| **środa 2023-11-22** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Serek fromage z ziołami 50g (***MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa kalafiorowa z grysikiem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Surówka z marchewki i brzoskwinii 150g , ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2303.45 kcal; Energia: 8897.51 kJ; Białko ogółem: 85.34 g; białko zwierzęce: 45.95 g; białko roślinne: 39.39 g; Tłuszcz: 56.44 g; Węglowodany ogółem: 393.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.06 g; Sód: 2830.37 mg; Potas: 3880.06 mg; Wapń: 715.61 mg; Fosfor: 1469.13 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g; suma cukrów prostych: 57.91 g; Woda: 1058.94 g; Popiół: 16.11 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2023-11-22** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| Pasta twarogowa z koperkiem 80g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa grysikowa 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), brokuły 150g , ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2023.08 kcal; Energia: 6777.52 kJ; Białko ogółem: 76.49 g; białko zwierzęce: 42.50 g; białko roślinne: 33.99 g; Tłuszcz: 46.93 g; Węglowodany ogółem: 344.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.62 g; Sód: 2132.78 mg; Potas: 3482.95 mg; Wapń: 600.88 mg; Fosfor: 1175.64 mg; Błonnik pokarmowy: 17.68 g; suma cukrów prostych: 83.23 g; Woda: 1059.75 g; Popiół: 14.10 g; | | |
| **środa 2023-11-22** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Serek fromage z ziołami 50g (***MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), sałata 20g , | zupa kalafiorowa z grysikiem 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), potrawka z kurczaka 110g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), Surówka z marchewki i brzoskwinii 150g , ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2005.99 kcal; Energia: 6668.50 kJ; Białko ogółem: 74.41 g; białko zwierzęce: 42.63 g; białko roślinne: 31.78 g; Tłuszcz: 47.20 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.95 g; Sód: 2216.00 mg; Potas: 3455.50 mg; Wapń: 599.55 mg; Fosfor: 1150.76 mg; Błonnik pokarmowy: 19.44 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Woda: 1080.90 g; Popiół: 13.94 g; | | |
| **czwartek 2023-11-23** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser żółty 50g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , | zupa porowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), kompot 250ml (***S02***), kasza gryczana biała 200g , klops drobiowy w sosie pomidorowym w bazylią 100g/100ml , Kapusta pekińska 150g (***MLEKO, GLUTEN***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2407.46 kcal; Energia: 9469.84 kJ; Białko ogółem: 76.47 g; białko zwierzęce: 35.07 g; białko roślinne: 43.04 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 377.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.85 g; Sód: 2128.34 mg; Potas: 2554.53 mg; Wapń: 1084.59 mg; Fosfor: 1684.29 mg; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; suma cukrów prostych: 57.32 g; Woda: 777.79 g; Popiół: 15.54 g; | | |
| **czwartek 2023-11-23** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 50g , | zupa porowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), kompot 250ml (***S02***), kasza gryczana biała 200g , klops drobiowy w sosie pomidorowym w bazylią 100g/100ml , bukiet jarzyn 150g (***SELER***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2072.55 kcal; Energia: 7182.96 kJ; Białko ogółem: 59.29 g; białko zwierzęce: 20.50 g; białko roślinne: 38.79 g; Tłuszcz: 61.82 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.42 g; Sód: 1434.71 mg; Potas: 2139.22 mg; Wapń: 564.77 mg; Fosfor: 1134.95 mg; Błonnik pokarmowy: 19.27 g; suma cukrów prostych: 83.30 g; Woda: 767.04 g; Popiół: 11.12 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2023-11-23** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser żółty 50g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , | zupa porowa z ziemniakami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), kompot 250ml (***S02***), kasza gryczana biała 200g , Kapusta pekińska 150g (***MLEKO, GLUTEN***), klops drobiowy w sosie pomidorowym w bazylią 100g/100ml , **Podwieczorek:** sok warzywny 1 szt , | serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2108.60 kcal; Energia: 7236.53 kJ; Białko ogółem: 65.40 g; białko zwierzęce: 31.75 g; białko roślinne: 35.29 g; Tłuszcz: 69.03 g; Węglowodany ogółem: 327.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.74 g; Sód: 1513.57 mg; Potas: 2116.57 mg; Wapń: 966.13 mg; Fosfor: 1363.83 mg; Błonnik pokarmowy: 16.99 g; suma cukrów prostych: 84.49 g; Woda: 790.30 g; Popiół: 13.28 g; | | |
| **piątek 2023-11-24** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg 50g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 50g , rukola 20g , | Zupa z soczewicą 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , ryba z pieca pod pierzynką warzywną 200g , **Podwieczorek:** sok pomidorowy 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), sałata 20g , papryka czerwona 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2206.49 kcal; Energia: 8221.00 kJ; Białko ogółem: 72.74 g; białko zwierzęce: 31.31 g; białko roślinne: 41.43 g; Tłuszcz: 49.02 g; Węglowodany ogółem: 404.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.63 g; Sód: 1880.32 mg; Potas: 3681.29 mg; Wapń: 735.34 mg; Fosfor: 1266.08 mg; Błonnik pokarmowy: 26.20 g; suma cukrów prostych: 54.78 g; Woda: 913.18 g; Popiół: 13.66 g; | | |
| **piątek 2023-11-24** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| dżem 25g , herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), rogal maślany 1 szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, GORCZYCA, SEZAM***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), twaróg 70g (***MLEKO***), | zupa jarzynowa 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , ryba z pieca pod pierzynką warzywną 200g , sos koperkowy 100ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), **Podwieczorek:** sok pomidorowy 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), sałata 20g , pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 1983.24 kcal; Energia: 6531.64 kJ; Białko ogółem: 60.66 g; białko zwierzęce: 30.94 g; białko roślinne: 29.72 g; Tłuszcz: 41.56 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.53 g; Sód: 1001.66 mg; Potas: 3156.87 mg; Wapń: 562.37 mg; Fosfor: 950.29 mg; Błonnik pokarmowy: 13.84 g; suma cukrów prostych: 104.41 g; Woda: 915.17 g; Popiół: 10.76 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2023-11-24** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), rogal maślany 1 szt (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, GORCZYCA, SEZAM***), masło 10g (***MLEKO***), dżem 25g , kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), twaróg 70g (***MLEKO***), | Zupa z soczewicą 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , jajko sadzone 1szt (***JAJA***), fasolka szparagowa 150g (.),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), papryka czerwona 50g , sałata 20g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2262.30 kcal; Energia: 7437.22 kJ; Białko ogółem: 76.77 g; białko zwierzęce: 40.35 g; białko roślinne: 36.41 g; Tłuszcz: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 384.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.97 g; Sód: 1208.44 mg; Potas: 3486.13 mg; Wapń: 743.57 mg; Fosfor: 1127.32 mg; Błonnik pokarmowy: 17.08 g; suma cukrów prostych: 104.63 g; Woda: 1055.77 g; Popiół: 12.34 g; | | |
| **sobota 2023-11-25** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek President z rzodkiewką 50g (***MLEKO, SOJA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełki 5g , jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g (***MLEKO, GLUTEN, .***), euromix 150g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek wiejski 100g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2461.20 kcal; Energia: 9574.66 kJ; Białko ogółem: 96.57 g; białko zwierzęce: 61.89 g; białko roślinne: 34.68 g; Tłuszcz: 76.15 g; Węglowodany ogółem: 371.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.32 g; Sód: 2181.57 mg; Potas: 3516.36 mg; Wapń: 720.67 mg; Fosfor: 1602.70 mg; Błonnik pokarmowy: 24.72 g; suma cukrów prostych: 57.48 g; Woda: 882.31 g; Popiół: 14.74 g; | | |
| **sobota 2023-11-25** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| Serek President 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), kiełki 5g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , | zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g (***MLEKO, GLUTEN, .***), euromix 150g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek wiejski 100g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2075.09 kcal; Energia: 6974.60 kJ; Białko ogółem: 83.40 g; białko zwierzęce: 56.02 g; białko roślinne: 27.38 g; Tłuszcz: 57.72 g; Węglowodany ogółem: 322.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.98 g; Sód: 1471.81 mg; Potas: 3202.90 mg; Wapń: 592.95 mg; Fosfor: 1261.99 mg; Błonnik pokarmowy: 13.05 g; suma cukrów prostych: 84.17 g; Woda: 930.02 g; Popiół: 12.34 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2023-11-25** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek President z rzodkiewką 50g (***MLEKO, SOJA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), kiełki 5g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa krupnik 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g (***MLEKO, GLUTEN, .***), ziemniaki 200g , buraki 150g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | serek wiejski 100g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2259.14 kcal; Energia: 7745.01 kJ; Białko ogółem: 87.58 g; białko zwierzęce: 58.57 g; białko roślinne: 29.01 g; Tłuszcz: 71.44 g; Węglowodany ogółem: 335.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.20 g; Sód: 1626.64 mg; Potas: 3441.90 mg; Wapń: 645.27 mg; Fosfor: 1300.64 mg; Błonnik pokarmowy: 14.80 g; suma cukrów prostych: 94.52 g; Woda: 1005.02 g; Popiół: 13.51 g; | | |
| **niedziela 2023-11-26** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , | zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot 250ml (***S02***), udko pieczone 1sz(250g) (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser żółty 50g (***MLEKO***), rukola 20g , rzodkiewka 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2917.08 kcal; Energia: 11439.00 kJ; Białko ogółem: 136.79 g; białko zwierzęce: 99.34 g; białko roślinne: 39.10 g; Tłuszcz: 103.04 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.87 g; Sód: 4415.04 mg; Potas: 4657.96 mg; Wapń: 1037.60 mg; Fosfor: 2141.69 mg; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; suma cukrów prostych: 65.70 g; Woda: 1168.08 g; Popiół: 23.94 g; | | |
| **niedziela 2023-11-26** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), jogurt "serduszko" 1 szt (***MLEKO, GLUTEN***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 50g , | zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), Udko gotowane 1 szt (250g) , ziemniaki z koperkiem 200g , Marchewka oprószana 150g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), serek do smarowania z tymiankiem 50g (***MLEKO***), pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2851.13 kcal; Energia: 10237.28 kJ; Białko ogółem: 127.15 g; białko zwierzęce: 96.73 g; białko roślinne: 30.41 g; Tłuszcz: 111.51 g; Węglowodany ogółem: 357.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.31 g; Sód: 3768.12 mg; Potas: 4664.94 mg; Wapń: 800.10 mg; Fosfor: 1857.86 mg; Błonnik pokarmowy: 18.50 g; suma cukrów prostych: 102.36 g; Woda: 1307.35 g; Popiół: 20.72 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2023-11-26** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kiełbaska drobiowa z ketchupem 1 szt (***GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt "serduszko" 1 szt (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , | zupa rosół z makaronem 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki z koperkiem 200g , udko pieczone 1sz(250g) (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***), Mix sałat z sosem vinegrette 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | ser żółty 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), rzodkiewka 50g , rukola 20g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2618.22 kcal; Energia: 9205.70 kJ; Białko ogółem: 125.73 g; białko zwierzęce: 96.02 g; białko roślinne: 31.35 g; Tłuszcz: 93.78 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.76 g; Sód: 3800.28 mg; Potas: 4220.00 mg; Wapń: 919.14 mg; Fosfor: 1821.22 mg; Błonnik pokarmowy: 17.15 g; suma cukrów prostych: 92.86 g; Woda: 1180.58 g; Popiół: 21.67 g; | | |
| **poniedziałek 2023-11-27** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Serek "Tartare mini" 1szt (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), sałata 20g , | Zupa jarzynowa z zacierką 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), surówka z białej kapusty z porem 150g , kotlet schabowy 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***), ziemniaki 250g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2720.59 kcal; Energia: 10684.73 kJ; Białko ogółem: 94.35 g; białko zwierzęce: 55.75 g; białko roślinne: 38.60 g; Tłuszcz: 99.50 g; Węglowodany ogółem: 388.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.97 g; Sód: 2340.99 mg; Potas: 3577.65 mg; Wapń: 690.21 mg; Fosfor: 1509.03 mg; Błonnik pokarmowy: 26.70 g; suma cukrów prostych: 56.03 g; Woda: 905.65 g; Popiół: 14.66 g; | | |
| **poniedziałek 2023-11-27** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| serek capresi light 2 plastry (***MLEKO, GLUTEN***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), sałata 20g , | Zupa jarzynowa z zacierką 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), schab duszony 150g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 250g , kalafior gotowany 150g , sos koperkowy 100ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), pasta twarogowa ze świeżymi pomidorami 80g (***MLEKO***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2184.92 kcal; Energia: 7466.43 kJ; Białko ogółem: 94.43 g; białko zwierzęce: 63.23 g; białko roślinne: 31.20 g; Tłuszcz: 66.66 g; Węglowodany ogółem: 321.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; Sód: 2193.42 mg; Potas: 3431.67 mg; Wapń: 570.88 mg; Fosfor: 1274.92 mg; Błonnik pokarmowy: 16.21 g; suma cukrów prostych: 82.45 g; Woda: 1072.40 g; Popiół: 14.91 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2023-11-27** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Serek "Tartare mini" 1szt (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), sałata 20g , | Zupa jarzynowa z zacierką 350ml (***GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 250g , kotlet schabowy 100g (***GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO***), surówka z białej kapusty z porem 150g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | Ser mozarella 50g (***MLEKO, GLUTEN***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2421.73 kcal; Energia: 8451.42 kJ; Białko ogółem: 83.28 g; białko zwierzęce: 52.43 g; białko roślinne: 30.85 g; Tłuszcz: 90.24 g; Węglowodany ogółem: 338.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.86 g; Sód: 1726.22 mg; Potas: 3139.69 mg; Wapń: 571.75 mg; Fosfor: 1188.56 mg; Błonnik pokarmowy: 14.43 g; suma cukrów prostych: 83.19 g; Woda: 918.16 g; Popiół: 12.39 g; | | |
| **wtorek 2023-11-28** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg 50g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , rukola 20g , | zupa żurek 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (***MLEKO, GLUTEN***), Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, ., GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 30g (***MLEKO, ., SELER, GORCZYCA***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), sałata 20g , ser żółty 20g (***MLEKO***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2458.36 kcal; Energia: 9470.47 kJ; Białko ogółem: 97.75 g; białko zwierzęce: 61.32 g; białko roślinne: 37.66 g; Tłuszcz: 72.68 g; Węglowodany ogółem: 381.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.32 g; Sód: 2599.10 mg; Potas: 4136.05 mg; Wapń: 1023.41 mg; Fosfor: 1757.09 mg; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; suma cukrów prostych: 57.77 g; Woda: 1084.22 g; Popiół: 18.37 g; | | |
| **wtorek 2023-11-28** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| dżem 25g , herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg 70g (***MLEKO***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), | zupa ziemniaczana z natką pietruszki 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g (***MLEKO, GLUTEN***), marchewka gotowana 150g (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2102.57 kcal; Energia: 7013.08 kJ; Białko ogółem: 78.96 g; białko zwierzęce: 49.40 g; białko roślinne: 29.56 g; Tłuszcz: 49.50 g; Węglowodany ogółem: 354.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.51 g; Sód: 1679.50 mg; Potas: 4064.93 mg; Wapń: 572.67 mg; Fosfor: 1208.97 mg; Błonnik pokarmowy: 16.54 g; suma cukrów prostych: 106.83 g; Woda: 1087.68 g; Popiół: 14.34 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2023-11-28** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka maślana 1szt (80g) (***MLEKO, GLUTEN, SEZAM***), masło 10g (***MLEKO***), dżem 25g , kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), twaróg 70g (***MLEKO***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa żurek 350ml (***GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), stek z indyka mielony 110g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), ziemniaki 200g , Sałatka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i groszkiem 150g (***MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, ., GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | wędlina 30g (***MLEKO, ., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser żółty 20g (***MLEKO***), ogórek konserwowy 50g (***S02***), sałata 20g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2289.99 kcal; Energia: 7794.41 kJ; Białko ogółem: 92.32 g; białko zwierzęce: 64.29 g; białko roślinne: 29.26 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 349.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.50 g; Sód: 2564.01 mg; Potas: 3745.05 mg; Wapń: 875.06 mg; Fosfor: 1463.89 mg; Błonnik pokarmowy: 15.11 g; suma cukrów prostych: 106.75 g; Woda: 1047.59 g; Popiół: 17.33 g; | | |
| **środa 2023-11-29** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa z dynii z grzankami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ryż 250g , gulasz węgierski 150g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), surówka z cukini z marchewką 150g (***GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), ser mozzarella light 50g (***MLEKO, GLUTEN***), papryka czerwona 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2659.89 kcal; Energia: 10607.12 kJ; Białko ogółem: 93.25 g; białko zwierzęce: 52.00 g; białko roślinne: 41.25 g; Tłuszcz: 84.81 g; Węglowodany ogółem: 406.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; Sód: 2672.25 mg; Potas: 2861.91 mg; Wapń: 876.42 mg; Fosfor: 1814.66 mg; Błonnik pokarmowy: 26.93 g; suma cukrów prostych: 54.41 g; Woda: 885.33 g; Popiół: 15.59 g; | | |
| **środa 2023-11-29** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| pasta z białek 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa z dynii z grzankami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ryż 250g , potrawka ze schabu duszony 150g (***SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), brokuły gotowany 150g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), ogórek kiszony 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2371.27 kcal; Energia: 8438.33 kJ; Białko ogółem: 97.38 g; białko zwierzęce: 62.98 g; białko roślinne: 34.40 g; Tłuszcz: 65.80 g; Węglowodany ogółem: 363.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.35 g; Sód: 2085.82 mg; Potas: 2430.86 mg; Wapń: 597.68 mg; Fosfor: 1317.66 mg; Błonnik pokarmowy: 13.24 g; suma cukrów prostych: 80.07 g; Woda: 861.53 g; Popiół: 12.93 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2023-11-29** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), Pasta jajeczna 50g (***GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), pomidor 50g , jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), | zupa z dynii z grzankami 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ryż 250g , gulasz węgierski 150g (***GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), surówka z cukini z marchewką 150g (***GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok warzywny 1 szt , | ser mozzarella light 50g (***MLEKO, GLUTEN***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), papryka czerwona 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2361.03 kcal; Energia: 8373.81 kJ; Białko ogółem: 82.18 g; białko zwierzęce: 48.68 g; białko roślinne: 33.50 g; Tłuszcz: 75.55 g; Węglowodany ogółem: 356.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.13 g; Sód: 2057.48 mg; Potas: 2423.95 mg; Wapń: 757.95 mg; Fosfor: 1494.19 mg; Błonnik pokarmowy: 14.65 g; suma cukrów prostych: 81.57 g; Woda: 897.84 g; Popiół: 13.33 g; | | |
| **czwartek 2023-11-30** | **Dieta: CUKRZYCOWA UROL** | |
| herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g (***GLUTEN, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg z rzodkiewką 100g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt naturalny 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), sałata 20g , | zupa grochówka 350ml (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (***SELER***), sałata a'la mizeria 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), pieczywo razowe 100g (***GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 30g (***., SELER, GORCZYCA***), papryka konserwowa 50g (***S02***), ser topiony trójkąt 1 szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2539.64 kcal; Energia: 9899.91 kJ; Białko ogółem: 113.49 g; białko zwierzęce: 61.70 g; białko roślinne: 51.79 g; Tłuszcz: 57.65 g; Węglowodany ogółem: 422.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.91 g; Sód: 2405.38 mg; Potas: 4326.24 mg; Wapń: 927.89 mg; Fosfor: 2008.24 mg; Błonnik pokarmowy: 33.83 g; suma cukrów prostych: 59.44 g; Woda: 985.53 g; Popiół: 18.24 g; | | |
| **czwartek 2023-11-30** | **Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL** | |
| twaróg z koperkiem 50g (***MLEKO***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), mleko 3,2% 50ml (***MLEKO***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), pomidor 50g , | zupa ziemniaczana 350ml (***MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g (***SELER***), brokuły 120g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), wędlina 50g (***., SELER, GORCZYCA***), pomidor 50g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 1875.65 kcal; Energia: 6066.48 kJ; Białko ogółem: 79.90 g; białko zwierzęce: 45.18 g; białko roślinne: 34.72 g; Tłuszcz: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 328.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.73 g; Sód: 1048.16 mg; Potas: 4202.55 mg; Wapń: 477.25 mg; Fosfor: 1185.76 mg; Błonnik pokarmowy: 17.91 g; suma cukrów prostych: 63.17 g; Woda: 1052.31 g; Popiół: 12.84 g; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: UROLOGIA

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2023-11-30** | **Dieta: PODSTAWOWA UROL** | |
| herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), bułka 50g**L (***GLUTEN, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), twaróg z rzodkiewką 100g (***MLEKO***), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml (***MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN***), jogurt owocowy 1szt (***MLEKO, GLUTEN***), sałata 20g , | zupa grochówka 350ml (***MLEKO, GLUTEN, ., SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), kompot 250ml (***S02***), ziemniaki 200g , sałata a'la mizeria 150g (***MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM***), pieczeń rzymska 100g (***GLUTEN, JAJA, ., GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO***),<br>**Podwieczorek:**<br>sok pomidorowy 1 szt , | wędlina 30g (***., SELER, GORCZYCA***), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H (***GLUTEN, SEZAM, ŻYTO***), masło 10g (***MLEKO***), papryka konserwowa 50g (***S02***), ser topiony trójkąt 1 szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia: 2324.14 kcal; Energia: 8006.83 kJ; Białko ogółem: 95.92 g; białko zwierzęce: 50.27 g; białko roślinne: 45.66 g; Tłuszcz: 53.53 g; Węglowodany ogółem: 390.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.05 g; Sód: 1970.89 mg; Potas: 3622.68 mg; Wapń: 816.73 mg; Fosfor: 1646.60 mg; Błonnik pokarmowy: 23.23 g; suma cukrów prostych: 86.76 g; Woda: 992.56 g; Popiół: 15.92 g; | | |

Dietetyk

.....



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**