



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-12-02</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
Serek "Świeżuch" 1 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ), herbata z cukrem 250ml, pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), wędlina 30g ( <b>MLEKO, ,, SELER, GORCZYCA</b> ),	zupa barszcz biały z ziemniakami i majerankiem 350ml, kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g, szynka wp gotowana 100g (.), sos warzywny 150g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), koperek świeży, <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt,	herbata z cukrem 250ml, pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2204.81 kcal; Energia: 7537.44 kJ; Białko ogółem: 83.40 g; białko zwierzęce: 57.47 g; białko roślinne: 25.93 g; Tłuszcz: 76.79 g; Węglowodany ogółem: 312.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.80 g; Sód: 1286.06 mg; Potas: 2811.59 mg; Wapń: 586.20 mg; Fosfor: 1137.53 mg; Błonnik pokarmowy: 11.66 g; suma cukrów prostych: 98.46 g; Woda: 875.25 g; Popiół: 10.13 g;		
<b>sobota 2023-12-02</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml, pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Serek "Świeżuch" 1 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), papryka czerwona 50g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), wędlina 30g ( <b>MLEKO, ,, SELER, GORCZYCA</b> ),	koperek świeży, zupa barszcz biały z ziemniakami i majerankiem 350ml, kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g, bigos 200g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ,, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt,	ser mozzarella light 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), herbata z cukrem 250ml, pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek kiszony 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2205.19 kcal; Energia: 7619.79 kJ; Białko ogółem: 78.18 g; białko zwierzęce: 46.38 g; białko roślinne: 31.80 g; Tłuszcz: 63.05 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.91 g; Sód: 2783.49 mg; Potas: 2947.65 mg; Wapń: 850.84 mg; Fosfor: 1434.24 mg; Błonnik pokarmowy: 15.07 g; suma cukrów prostych: 99.39 g; Woda: 941.85 g; Popiół: 16.02 g;		
<b>niedziela 2023-12-03</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
herbata bez cukru 250ml, bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 20g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), rukola 20g,	zupa rosół z makaronem 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g, roladki faszerowane pieczarkami 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kapusta czerwona 150g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek do smarowania z tymiankiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), papryka czerwona 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2961.91 kcal; Energia: 11580.89 kJ; Białko ogółem: 113.34 g; białko zwierzęce: 74.10 g; białko roślinne: 40.88 g; Tłuszcz: 111.49 g; Węglowodany ogółem: 409.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.52 g; Sód: 4121.12 mg; Potas: 4529.06 mg; Wapń: 1081.10 mg; Fosfor: 1905.31 mg; Błonnik pokarmowy: 33.15 g; suma cukrów prostych: 72.65 g; Woda: 1127.61 g; Popiół: 22.49 g;		
<b>niedziela 2023-12-03</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
wędlina 40g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), herbata z cukrem 250ml, pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g, jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), sałata 20g,	zupa rosół z makaronem 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g, pulpet w sosie pieczeniowym dietetycznym 100/100, warzywa na parze 150g (paski) ( <b>SELER</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt,	herbata z cukrem 250ml, pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek do smarowania z tymiankiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2363.32 kcal; Energia: 8263.83 kJ; Białko ogółem: 75.84 g; białko zwierzęce: 44.10 g; białko roślinne: 31.74 g; Tłuszcz: 81.12 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.51 g; Sód: 3278.26 mg; Potas: 3379.29 mg; Wapń: 582.32 mg; Fosfor: 1118.80 mg; Błonnik pokarmowy: 16.37 g; suma cukrów prostych: 100.13 g; Woda: 942.64 g; Popiół: 15.94 g;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2023-12-05</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg 50g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), pomidor 50g , kielki 5g ,	zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), pieczeń rzymska duszona zsosem z lubczykiem 100/100ml , surówka z białej kapusty z porem 150g , ziemniaki 250g , pietruszka zielona , <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pasztet pieczony 70g ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), papryka czerwona 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2305.85 kcal; Energia: 8878.07 kJ; Białko ogółem: 72.45 g; białko zwierzęce: 35.01 g; białko roślinne: 37.43 g; Tłuszcz: 69.42 g; Węglowodany ogółem: 374.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.85 g; Sód: 2280.69 mg; Potas: 3752.74 mg; Wapń: 693.18 mg; Fosfor: 1313.03 mg; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; suma cukrów prostych: 56.22 g; Woda: 915.92 g; Popiół: 15.47 g;		
<b>wtorek 2023-12-05</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
dżem 25g , herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ),	zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), pieczeń rzymska duszona zsosem z lubczykiem 100/100ml , Mix warzyw gotowanych na parze z bazylią i tymiankiem 150g ( <b>SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), ziemniaki 250g , pietruszka zielona , <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g (, <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2001.14 kcal; Energia: 6674.29 kJ; Białko ogółem: 59.01 g; białko zwierzęce: 25.27 g; białko roślinne: 33.74 g; Tłuszcz: 47.85 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.99 g; Sód: 1226.56 mg; Potas: 3376.58 mg; Wapń: 635.06 mg; Fosfor: 903.58 mg; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; suma cukrów prostych: 106.60 g; Woda: 1016.86 g; Popiół: 12.19 g;		
<b>wtorek 2023-12-05</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka maślana 1szt (80g) ( <b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), dżem 25g , kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), kotlet schabowy 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, SEZAM, ŻYTO</b> ), surówka z białej kapusty z porem 150g , ziemniaki 250g , pietruszka zielona , <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 1 szt ,	pasztet pieczony 70g ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), jogurt owocowy 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), papryka czerwona 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2779.84 kcal; Energia: 9876.48 kJ; Białko ogółem: 110.93 g; białko zwierzęce: 78.38 g; białko roślinne: 32.55 g; Tłuszcz: 100.40 g; Węglowodany ogółem: 378.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.19 g; Sód: 1851.81 mg; Potas: 4229.76 mg; Wapń: 868.66 mg; Fosfor: 1586.87 mg; Błonnik pokarmowy: 16.30 g; suma cukrów prostych: 114.06 g; Woda: 1143.57 g; Popiół: 16.29 g;		
<b>środa 2023-12-06</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Serek fromage z ziołami 50g ( <b>MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa kalafiorowa z grysiem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot owocami 250ml ( <b>S02</b> ), zraz duszony w sosie pieczarkowym 100/100g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), surówka z ogórka kiszonego 150 g , kasza jęczmienna 200g ( <b>GLUTEN</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g (, <b>SELER, GORCZYCA</b> ), ogórek kiszony 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2595.36 kcal; Energia: 10300.28 kJ; Białko ogółem: 83.00 g; białko zwierzęce: 42.36 g; białko roślinne: 40.64 g; Tłuszcz: 83.71 g; Węglowodany ogółem: 405.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.68 g; Sód: 3120.07 mg; Potas: 2442.29 mg; Wapń: 703.63 mg; Fosfor: 1448.60 mg; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 54.49 g; Woda: 819.38 g; Popiół: 14.96 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2023-12-06</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
Pasta twarogowa z koperkiem 80g ( <b>MLEKO</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa grysikowa 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), pulpeciki w sosie śmietankowym 150g/80g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), bukiet jarzyn 150g ( <b>SELER</b> ), kasza jęczmienna 200g ( <b>GLUTEN</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczerek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2258.80 kcal; Energia: 8044.09 kJ; Białko ogółem: 84.58 g; białko zwierzęce: 49.23 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 60.92 g; Węglowodany ogółem: 365.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.28 g; Sód: 1613.47 mg; Potas: 2239.41 mg; Wapń: 620.90 mg; Fosfor: 1244.20 mg; Błonnik pokarmowy: 18.85 g; suma cukrów prostych: 82.69 g; Woda: 793.04 g; Popiół: 10.81 g;		
<b>środa 2023-12-06</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), Serek fromage z ziołami 50g ( <b>MLEKO, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), sałata 20g ,	zupa kalafiorowa z grysiem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), zraz duszony w sosie pieczarkowym 100/100g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ), surówka z ogórka kiszzonego 150 g , kasza jęczmienna 200g ( <b>GLUTEN</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczerek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	wędlina 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek kiszony 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2301.90 kcal; Energia: 8134.53 kJ; Białko ogółem: 75.62 g; białko zwierzęce: 42.59 g; białko roślinne: 33.03 g; Tłuszcz: 76.28 g; Węglowodany ogółem: 350.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; Sód: 2599.96 mg; Potas: 2067.73 mg; Wapń: 630.06 mg; Fosfor: 1160.73 mg; Błonnik pokarmowy: 17.44 g; suma cukrów prostych: 83.06 g; Woda: 862.96 g; Popiół: 13.05 g;		
<b>czwartek 2023-12-07</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), papryka czerwona 50g ,	zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , medalion drobiowy z papryką w sosie jogurtowym 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), Surówka coleslaw 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), pietruszka zielona , <b>Podwieczerek:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>GLUTEN</b> ),	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek do smarowania z tymiankiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2839.78 kcal; Energia: 11062.16 kJ; Białko ogółem: 92.36 g; białko zwierzęce: 53.15 g; białko roślinne: 40.86 g; Tłuszcz: 109.81 g; Węglowodany ogółem: 401.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.14 g; Sód: 3311.40 mg; Potas: 4201.91 mg; Wapń: 1093.17 mg; Fosfor: 1664.68 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g; suma cukrów prostych: 63.58 g; Woda: 1086.98 g; Popiół: 20.34 g;		
<b>czwartek 2023-12-07</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
wędlina 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), pomidor 50g ,	zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , Indyk w sosie jogurtowym 100g/150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), Mini marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN</b> ), pietruszka zielona , <b>Podwieczerek:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>GLUTEN</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek do smarowania z tymiankiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2211.40 kcal; Energia: 7629.19 kJ; Białko ogółem: 76.51 g; białko zwierzęce: 43.41 g; białko roślinne: 33.10 g; Tłuszcz: 74.48 g; Węglowodany ogółem: 332.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.68 g; Sód: 1711.07 mg; Potas: 3691.49 mg; Wapń: 623.54 mg; Fosfor: 1142.59 mg; Błonnik pokarmowy: 18.54 g; suma cukrów prostych: 79.78 g; Woda: 1092.98 g; Popiół: 13.54 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-12-07</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), papryka czerwona 50g ,	zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , Surówka coleslaw 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), medalion drobiowy z papryką w sosie jogurtowym 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), pietruszka zielona , <b>Podwieczorek:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>GLUTEN</b> ),	serek do smarowania z tymiankiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2392.61 kcal; Energia: 8253.29 kJ; Białko ogółem: 79.89 g; białko zwierzęce: 48.43 g; białko roślinne: 33.10 g; Tłuszcz: 97.56 g; Węglowodany ogółem: 323.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.14 g; Sód: 2724.33 mg; Potas: 3601.40 mg; Wapń: 839.80 mg; Fosfor: 1246.88 mg; Błonnik pokarmowy: 18.67 g; suma cukrów prostych: 69.97 g; Woda: 986.24 g; Popiół: 17.27 g;		
<b>piątek 2023-12-08</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 40g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), kiwi 120-150g ,	zupa krupnik 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , ryba smażona 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), surówka z cukini z marchewką 150g ( <b>GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Mus tubka 1szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 30g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), sałata 5g , ser topiony trójką 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2731.46 kcal; Energia: 10520.89 kJ; Białko ogółem: 88.45 g; białko zwierzęce: 49.22 g; białko roślinne: 40.87 g; Tłuszcz: 90.89 g; Węglowodany ogółem: 419.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.54 g; Sód: 2378.23 mg; Potas: 4072.85 mg; Wapń: 921.87 mg; Fosfor: 1642.43 mg; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; suma cukrów prostych: 53.08 g; Woda: 1054.59 g; Popiół: 17.17 g;		
<b>piątek 2023-12-08</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
dżem 25g , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka maślana 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), kiwi 120-150g ,	zupa krupnik 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , ryba gotowana 100g ( <b>GLUTEN, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Sos grecki z warzywami 150g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Mus tubka 1szt ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), sałata 5g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2037.75 kcal; Energia: 6789.86 kJ; Białko ogółem: 69.66 g; białko zwierzęce: 38.88 g; białko roślinne: 30.78 g; Tłuszcz: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 353.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.30 g; Sód: 1285.13 mg; Potas: 3463.03 mg; Wapń: 375.84 mg; Fosfor: 880.17 mg; Błonnik pokarmowy: 16.47 g; suma cukrów prostych: 88.17 g; Woda: 953.24 g; Popiół: 11.81 g;		
<b>piątek 2023-12-08</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka maślana 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), dżem 25g , kiwi 120-150g ,	zupa krupnik 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , ryba smażona 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), surówka z cukini z marchewką 150g ( <b>GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Mus tubka 1szt ,	wędlina 30g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), sałata 5g , ser topiony trójką 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2266.24 kcal; Energia: 7720.36 kJ; Białko ogółem: 68.30 g; białko zwierzęce: 34.77 g; białko roślinne: 33.54 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 364.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; Sód: 1566.41 mg; Potas: 3450.93 mg; Wapń: 340.19 mg; Fosfor: 995.68 mg; Błonnik pokarmowy: 18.54 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Woda: 934.75 g; Popiół: 12.02 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-12-09</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek President z rzodkiewką 50g ( <b>MLEKO, SOJA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), kielki 5g , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	Zupa dyniowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, .</b> ), euromix 150g ( <b>SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jabłko 1 szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek wiejski 100g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek konserwowy 50g ( <b>S02</b> ), wędlina 30g ( <b>MLEKO, ., SELER, GORCZYCA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2570.58 kcal; Energia: 10099.47 kJ; Białko ogółem: 106.34 g; białko zwierzęce: 71.83 g; białko roślinne: 34.51 g; Tłuszcz: 94.30 g; Węglowodany ogółem: 352.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.16 g; Sód: 2514.35 mg; Potas: 3683.86 mg; Wapń: 782.32 mg; Fosfor: 1672.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Woda: 1025.71 g; Popiół: 15.63 g;		
<b>sobota 2023-12-09</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
Serek President 50g ( <b>MLEKO</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), kielki 5g , jogurt owocowy 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g ,	Zupa dyniowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, .</b> ), euromix 150g , <b>Podwieczorek:</b> mufinka czekoladowa 1 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, SEZAM</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek wiejski 100g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g , wędlina 20g ( <b>MLEKO, ., SELER, GORCZYCA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2367.32 kcal; Energia: 8265.01 kJ; Białko ogółem: 91.96 g; białko zwierzęce: 65.83 g; białko roślinne: 26.14 g; Tłuszcz: 90.25 g; Węglowodany ogółem: 313.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.22 g; Sód: 1728.43 mg; Potas: 3398.78 mg; Wapń: 684.33 mg; Fosfor: 1363.13 mg; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; suma cukrów prostych: 102.35 g; Woda: 933.14 g; Popiół: 12.89 g;		
<b>sobota 2023-12-09</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek President z rzodkiewką 50g ( <b>MLEKO, SOJA</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), kielki 5g , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa dyniowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), kurczak w sosie śmietankowo-szpinakowym 100/150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, .</b> ), ziemniaki 200g , buraki 150g , <b>Podwieczorek:</b> mufinka czekoladowa 1 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, SEZAM</b> ),	serek wiejski 100g ( <b>MLEKO</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek konserwowy 50g ( <b>S02</b> ), wędlina 30g ( <b>MLEKO, ., SELER, GORCZYCA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2399.71 kcal; Energia: 8447.36 kJ; Białko ogółem: 94.13 g; białko zwierzęce: 66.97 g; białko roślinne: 27.16 g; Tłuszcz: 101.65 g; Węglowodany ogółem: 295.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.88 g; Sód: 2001.91 mg; Potas: 3305.54 mg; Wapń: 589.21 mg; Fosfor: 1289.37 mg; Błonnik pokarmowy: 12.34 g; suma cukrów prostych: 91.71 g; Woda: 835.72 g; Popiół: 12.91 g;		
<b>niedziela 2023-12-10</b>		
<b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
herbata bez cukru 250ml , bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA</b> ), jabłko 1 szt , papryka czerwona 50g ,	zupa rosół z makaronem 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), udko pieczone 1sz(250g) ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), Mix sałat z sosem vinegrette 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), rukola 20g , rzodkiewka 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2941.38 kcal; Energia: 11536.30 kJ; Białko ogółem: 130.77 g; białko zwierzęce: 92.96 g; białko roślinne: 39.46 g; Tłuszcz: 108.65 g; Węglowodany ogółem: 390.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.59 g; Sód: 4322.64 mg; Potas: 4478.06 mg; Wapń: 787.80 mg; Fosfor: 1968.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; suma cukrów prostych: 60.12 g; Woda: 1116.01 g; Popiół: 22.69 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-12-10</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), jabłko 1 szt , pomidor 50g ,	zupa rosół z makaronem 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ), Udko gotowane 1 szt (250g) , ziemniaki z koperkiem 200g , Marchewka oprószana 150g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), sos rozmarynowo-cytrynowy 100ml , <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), serek do smarowania z tymiankiem 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2824.48 kcal; Energia: 10211.52 kJ; Białko ogółem: 122.02 g; białko zwierzęce: 91.00 g; białko roślinne: 31.02 g; Tłuszcz: 117.80 g; Węglowodany ogółem: 346.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.23 g; Sód: 3770.31 mg; Potas: 4343.19 mg; Wapń: 386.56 mg; Fosfor: 1569.48 mg; Błonnik pokarmowy: 21.32 g; suma cukrów prostych: 96.31 g; Woda: 1192.04 g; Popiół: 18.63 g;		
<b>niedziela 2023-12-10</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), jabłko 1 szt , papryka czerwona 50g ,	zupa rosół z makaronem 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , udko pieczone 1sz(250g) ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), Mix sałat z sosem vinegrette 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), rzodkiewka 50g , rukola 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2585.77 kcal; Energia: 9111.68 kJ; Białko ogółem: 123.26 g; białko zwierzęce: 93.19 g; białko roślinne: 31.71 g; Tłuszcz: 101.19 g; Węglowodany ogółem: 319.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.46 g; Sód: 3801.90 mg; Potas: 4089.69 mg; Wapń: 711.65 mg; Fosfor: 1678.32 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Woda: 1149.41 g; Popiół: 20.67 g;		

Dietetyk

.....