

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-12-21</b> <b>Dieta: CUKRZYCOWA UROL</b>		
bułka grahamka 80g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), serek capresi light 2 plastry ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), herbata bez cukru 250ml , kielki 5g , wędlina 20g ( <b>MLEKO, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), papryka czerwona 50g , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 100g ,	zupa fasolowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ,, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g ( <b>SELER</b> ), sałata a'la mizeria 100g ( <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 10g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 30g (, <b>SELER, GORCZYCA</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), ser topiony trójkąt 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2427.52 kcal; Energia: 9420.36 kJ; Białko ogółem: 95.26 g; białko zwierzęce: 43.63 g; białko roślinne: 51.63 g; Tłuszcz: 62.70 g; Węglowodany ogółem: 406.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.35 g; Sód: 2448.65 mg; Potas: 4484.78 mg; Wapń: 541.84 mg; Fosfor: 1680.34 mg; Błonnik pokarmowy: 38.12 g; suma cukrów prostych: 38.56 g; Woda: 827.46 g; Popiół: 16.77 g;		
<b>czwartek 2023-12-21</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
wędlina 50g ( <b>MLEKO, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, LUBIN</b> ), pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g , kielki 5g , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 100g ,	zupa ziemniaczana 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , Eskalopki drobiowe w sosie pomidorowym 100g ( <b>SELER</b> ), brokuły 150g , <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g (, <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1891.31 kcal; Energia: 6177.74 kJ; Białko ogółem: 74.65 g; białko zwierzęce: 39.51 g; białko roślinne: 35.14 g; Tłuszcz: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.83 g; Sód: 1267.55 mg; Potas: 4319.92 mg; Wapń: 370.38 mg; Fosfor: 1060.33 mg; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; suma cukrów prostych: 70.18 g; Woda: 1128.42 g; Popiół: 12.38 g;		
<b>czwartek 2023-12-21</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), serek capresi light 2 plastry ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), kielki 5g , papryka czerwona 50g , wędlina 20g ( <b>MLEKO, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 100g ,	zupa fasolowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ,, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , sałata a'la mizeria 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), pieczeń rzymska 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, GORCZYCA, SEZAM, LUBIN, ŻYTO</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 1 szt ,	wędlina 30g (, <b>SELER, GORCZYCA</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), ser topiony trójkąt 1 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2216.02 kcal; Energia: 7590.52 kJ; Białko ogółem: 81.24 g; białko zwierzęce: 35.75 g; białko roślinne: 45.49 g; Tłuszcz: 60.38 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.48 g; Sód: 2108.41 mg; Potas: 3831.22 mg; Wapń: 473.18 mg; Fosfor: 1349.20 mg; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; suma cukrów prostych: 67.28 g; Woda: 856.12 g; Popiół: 14.69 g;		
<b>piątek 2023-12-22</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g , twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kiwi 120-150g ,	Zupa jarzynowa z zacierką 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki koperkiem 250g , jajka na parze 2 szt. ( <b>JAJA</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, SEZAM, ŻYTO</b> ), <b>Podwieczorek:</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> ), ser mozzarella light 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), sałata mix 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2217.20 kcal; Energia: 8456.44 kJ; Białko ogółem: 75.97 g; białko zwierzęce: 35.93 g; białko roślinne: 40.04 g; Tłuszcz: 62.46 g; Węglowodany ogółem: 370.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.76 g; Sód: 2334.19 mg; Potas: 3468.75 mg; Wapń: 554.96 mg; Fosfor: 1460.96 mg; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; suma cukrów prostych: 34.20 g; Woda: 932.24 g; Popiół: 14.31 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-12-22</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> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kiwi 120-150g ,	Zupa jarzynowa z zacierką 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki koperkiem 250g , ryba z pieca z ziołami 100g ( <b>SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), bukiet jarzyn 150g ( <b>SELER</b> ), <b>Podwieczorek:</b> galaretką owocową 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	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 mix 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2140.09 kcal; Energia: 7274.52 kJ; Białko ogółem: 90.28 g; białko zwierzęce: 56.76 g; białko roślinne: 33.52 g; Tłuszcz: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 350.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.80 g; Sód: 1356.06 mg; Potas: 3434.64 mg; Wapń: 488.60 mg; Fosfor: 1074.92 mg; Błonnik pokarmowy: 19.41 g; suma cukrów prostych: 90.74 g; Woda: 1029.93 g; Popiół: 12.54 g;		
<b>piątek 2023-12-22</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 , twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kiwi 120-150g ,	Zupa jarzynowa z zacierką 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , jajka na parze 2 szt. ( <b>JAJA</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>SELER</b> ), <b>Podwieczorek:</b> galaretką owocową 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), sałata mix 20g , ser mozzarella light 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2096.02 kcal; Energia: 7028.22 kJ; Białko ogółem: 75.86 g; białko zwierzęce: 44.92 g; białko roślinne: 30.94 g; Tłuszcz: 64.59 g; Węglowodany ogółem: 326.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.14 g; Sód: 1641.12 mg; Potas: 2856.35 mg; Wapń: 507.45 mg; Fosfor: 1205.78 mg; Błonnik pokarmowy: 18.86 g; suma cukrów prostych: 83.55 g; Woda: 851.09 g; Popiół: 11.82 g;		
<b>sobota 2023-12-23</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), Serek "Świeżuch" 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ), papryka czerwona 50g , melon 150g , wędlina 30g ( <b>MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> melon 150g ,	zupa brokułowa z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , bigos 200g ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), ser mozzarella light 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), ogórek kiszony 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2515.55 kcal; Energia: 9852.30 kJ; Białko ogółem: 97.92 g; białko zwierzęce: 56.37 g; białko roślinne: 41.55 g; Tłuszcz: 70.79 g; Węglowodany ogółem: 400.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.91 g; Sód: 3684.07 mg; Potas: 3247.54 mg; Wapń: 607.57 mg; Fosfor: 1734.41 mg; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; suma cukrów prostych: 53.65 g; Woda: 765.61 g; Popiół: 18.20 g;		
<b>sobota 2023-12-23</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
Serek "Świeżuch" 50 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</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> ), pomidor 50g , wędlina 30g ( <b>MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> melon 150g ,	zupa brokułowa z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , szynka wp gotowana 100g ( <b>SELER</b> ), sos warzywny 150g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ),	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: 2320.89 kcal; Energia: 8021.24 kJ; Białko ogółem: 99.08 g; białko zwierzęce: 71.04 g; białko roślinne: 28.04 g; Tłuszcz: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 317.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.33 g; Sód: 1728.46 mg; Potas: 2932.71 mg; Wapń: 438.20 mg; Fosfor: 1257.56 mg; Błonnik pokarmowy: 14.56 g; suma cukrów prostych: 92.78 g; Woda: 864.83 g; Popiół: 11.34 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2023-12-23</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" 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ), papryka czerwona 50g , wędlina 30g ( <b>MLEKO, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> melon 150g ,	koperek świeży , zupa brokułowa z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , bigos 200g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ,, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ),	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: 2229.71 kcal; Energia: 7719.33 kJ; Białko ogółem: 88.90 g; białko zwierzęce: 55.00 g; białko roślinne: 33.90 g; Tłuszcz: 63.03 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.55 g; Sód: 3159.56 mg; Potas: 2856.60 mg; Wapń: 525.61 mg; Fosfor: 1426.45 mg; Błonnik pokarmowy: 17.98 g; suma cukrów prostych: 86.51 g; Woda: 797.15 g; Popiół: 16.18 g;		
<b>niedziela 2023-12-24</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcza 120-150g ,	zupa barszcz z uszkami 350ml ( <b>GLUTEN, ,, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , ryba smażona 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), kapusta z pieczarkami 150g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ciasto - makowiec 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, ORZECH WŁ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok Capri Jungle 1 szt ( <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 10g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 40g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), sałatka jarzynowa dietetyczna 100g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2752.60 kcal; Energia: 10667.96 kJ; Białko ogółem: 87.92 g; białko zwierzęce: 46.06 g; białko roślinne: 43.91 g; Tłuszcz: 94.51 g; Węglowodany ogółem: 422.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g; Sód: 2732.98 mg; Potas: 4035.30 mg; Wapń: 774.73 mg; Fosfor: 1420.74 mg; Błonnik pokarmowy: 35.97 g; suma cukrów prostych: 59.90 g; Woda: 1086.49 g; Popiół: 18.83 g;		
<b>niedziela 2023-12-24</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
serek capresi light 3 plaster ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcza 120-150g ,	zupa barszcz z makaronem 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , ryba gotowana 100g ( <b>GLUTEN, SELER, RYBY, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), Sos grecki z warzywami 150g ( <b>GLUTEN, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), Ciasto drożdżowe z posypką 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, ORZECH WŁ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok Capri Jungle 1 szt ( <b>GLUTEN</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 40g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), sałatka jarzynowa dietetyczna 100g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2273.11 kcal; Energia: 7839.92 kJ; Białko ogółem: 77.00 g; białko zwierzęce: 40.99 g; białko roślinne: 36.02 g; Tłuszcz: 57.21 g; Węglowodany ogółem: 386.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.04 g; Sód: 1611.57 mg; Potas: 3682.09 mg; Wapń: 422.75 mg; Fosfor: 966.24 mg; Błonnik pokarmowy: 21.08 g; suma cukrów prostych: 104.97 g; Woda: 1121.31 g; Popiół: 12.97 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-12-24</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), ser żółty 50g ( <b>MLEKO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcza 120-150g ,	zupa barszcz z uszkami 350ml ( <b>GLUTEN, ,, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŻYTO</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , ryba smażona 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, RYBY, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN, ŻYTO</b> ), kapusta z pieczarkami 150g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ciasto - makowiec 100g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, ORZECH WŁ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sok Capri Jungle 1 szt ( <b>GLUTEN</b> ),	wędlina 40g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), sałatka jarzynowa dietetyczna 100g ( <b>SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2457.74 kcal; Energia: 8497.90 kJ; Białko ogółem: 80.40 g; białko zwierzęce: 46.29 g; białko roślinne: 36.16 g; Tłuszcz: 87.06 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.79 g; Sód: 2212.46 mg; Potas: 3647.34 mg; Wapń: 698.77 mg; Fosfor: 1130.77 mg; Błonnik pokarmowy: 23.70 g; suma cukrów prostych: 88.46 g; Woda: 1120.62 g; Popiół: 16.81 g;		
<b>poniedziałek 2023-12-25</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 100g ,	zupa rosół z zacierką 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , kompot 250ml ( <b>S02</b> ), Schab pieczony z sosem pieczeniowym 100g ( <b>GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kapusta zasmażana 120g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Mus tubka b/c 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 10g ( <b>MLEKO</b> ), sałata 5g , Tymbalik rybny z cytryną 150g ( <b>GLUTEN, ,, SELER, RYBY</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2468.70 kcal; Energia: 9637.61 kJ; Białko ogółem: 110.49 g; białko zwierzęce: 74.28 g; białko roślinne: 36.20 g; Tłuszcz: 80.85 g; Węglowodany ogółem: 356.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.63 g; Sód: 4408.47 mg; Potas: 4373.34 mg; Wapń: 327.82 mg; Fosfor: 1485.55 mg; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; Woda: 1032.94 g; Popiół: 21.18 g;		
<b>poniedziałek 2023-12-25</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 100g ,	zupa rosół z zacierką 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), Schab duszony w ziołach 100g ( <b>GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , marchewka gotowana 120g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), sos pietruszkowy 100ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> biszkopty 30g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), sałata 5g , Tymbalik rybny z cytryną 150g ( <b>GLUTEN, ,, SELER, RYBY</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2232.42 kcal; Energia: 7719.36 kJ; Białko ogółem: 103.53 g; białko zwierzęce: 75.29 g; białko roślinne: 28.24 g; Tłuszcz: 78.16 g; Węglowodany ogółem: 307.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.46 g; Sód: 3805.94 mg; Potas: 4112.36 mg; Wapń: 419.02 mg; Fosfor: 1292.55 mg; Błonnik pokarmowy: 23.20 g; suma cukrów prostych: 83.49 g; Woda: 1113.76 g; Popiół: 18.07 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2023-12-25</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 100g ,	zupa rosół z zacierką 350ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki z koperkiem 200g , Schab pieczony z sosem pieczeniowym 100g ( <b>GLUTEN, ORZECHY AR, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kapusta zasmażana 120g ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), <b>Podwieczorek:</b> pierniczki 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), sałata 5g , Tymbalik rybny z cytryną 150g ( <b>GLUTEN, ,, SELER, RYBY</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2324.24 kcal; Energia: 8097.85 kJ; Białko ogółem: 104.89 g; białko zwierzęce: 74.52 g; białko roślinne: 30.37 g; Tłuszcz: 78.17 g; Węglowodany ogółem: 326.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.32 g; Sód: 3974.15 mg; Potas: 4143.58 mg; Wapń: 298.55 mg; Fosfor: 1251.18 mg; Błonnik pokarmowy: 21.18 g; suma cukrów prostych: 94.60 g; Woda: 1005.04 g; Popiół: 19.43 g;		
<b>wtorek 2023-12-26</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ), ogórek kiszony 50g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , udko gotowane 1 szt. (200g) , buraki pieczone 150g , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 100g ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), pieczywo razowe 100g ( <b>GLUTEN, ORZECH ZIE, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek kiszony 20g , Sałatka śledziowa z jogurtem 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2836.54 kcal; Energia: 10889.09 kJ; Białko ogółem: 128.56 g; białko zwierzęce: 86.04 g; białko roślinne: 42.52 g; Tłuszcz: 90.29 g; Węglowodany ogółem: 409.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.61 g; Sód: 3468.92 mg; Potas: 6074.94 mg; Wapń: 583.43 mg; Fosfor: 2070.69 mg; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; suma cukrów prostych: 52.00 g; Woda: 1462.93 g; Popiół: 23.59 g;		
<b>wtorek 2023-12-26</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
wędlina 50g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , udko gotowane 1 szt. (200g) , sos dietetyczny 100ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), buraki 150g , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 100g ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), sałata 5g , Pasta twarogowa z pomidorami 70g ( <b>MLEKO, SELER</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2466.64 kcal; Energia: 8544.91 kJ; Białko ogółem: 110.78 g; białko zwierzęce: 79.28 g; białko roślinne: 31.50 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.80 g; Sód: 1618.73 mg; Potas: 4701.03 mg; Wapń: 668.61 mg; Fosfor: 1589.63 mg; Błonnik pokarmowy: 19.46 g; suma cukrów prostych: 89.21 g; Woda: 1334.29 g; Popiół: 16.06 g;		
<b>wtorek 2023-12-26</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 10g ( <b>MLEKO</b> ), wędlina 50g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), ogórek kiszony 50g , sałata 20g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , Udko pieczone 1 szt. (200g) ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), buraki 150g , <b>Podwieczorek:</b> Mandarynka 100g ,	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 10g ( <b>MLEKO</b> ), ogórek kiszony 20g , Sałatka śledziowa z jogurtem 100g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECH ZIE, ORZECHY AR, SELER, RYBY, GORCZYCA, SEZAM</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2743.98 kcal; Energia: 9525.83 kJ; Białko ogółem: 128.40 g; białko zwierzęce: 91.40 g; białko roślinne: 37.01 g; Tłuszcz: 91.52 g; Węglowodany ogółem: 378.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.37 g; Sód: 2983.61 mg; Potas: 5846.28 mg; Wapń: 486.90 mg; Fosfor: 1867.65 mg; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Woda: 1561.06 g; Popiół: 22.14 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2023-12-27</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> ), pomidor 50g , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Grejpfrut 1/2 szt ,	zupa kalafiorowa z grysiakiem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot owocami 250ml ( <b>S02</b> ), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczerek:</b> Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</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> ), wędlina 50g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), ogórek kiszony 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2314.93 kcal; Energia: 9213.69 kJ; Białko ogółem: 93.18 g; białko zwierzęce: 52.39 g; białko roślinne: 40.78 g; Tłuszcz: 59.38 g; Węglowodany ogółem: 374.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.71 g; Sód: 2272.29 mg; Potas: 2136.41 mg; Wapń: 583.11 mg; Fosfor: 1361.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; suma cukrów prostych: 46.06 g; Woda: 634.38 g; Popiół: 11.92 g;		
<b>środa 2023-12-27</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
Pasta twarogowa z koperkiem 80g ( <b>MLEKO</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> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> banan 1 szt ,	zupa grysikowa 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczerek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ),	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: 2178.08 kcal; Energia: 7703.76 kJ; Białko ogółem: 83.45 g; białko zwierzęce: 49.39 g; białko roślinne: 34.06 g; Tłuszcz: 53.31 g; Węglowodany ogółem: 357.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.27 g; Sód: 1330.06 mg; Potas: 2142.76 mg; Wapń: 405.85 mg; Fosfor: 1007.15 mg; Błonnik pokarmowy: 13.08 g; suma cukrów prostych: 92.99 g; Woda: 696.61 g; Popiół: 9.23 g;		
<b>środa 2023-12-27</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> ), pomidor 50g , sałata 20g , <b>II Śniadanie:</b> banan 1 szt ,	zupa kalafiorowa z grysiakiem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), Makaron z sosem mięsno-szpinakowym z warzywami 350g ( <b>GLUTEN, JAJA, ,, SELER, GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), koperek świeży , <b>Podwieczerek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, ORZECHY AR, SEZAM, ŻYTO</b> ),	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: 2072.09 kcal; Energia: 7255.42 kJ; Białko ogółem: 79.03 g; białko zwierzęce: 44.58 g; białko roślinne: 34.45 g; Tłuszcz: 49.06 g; Węglowodany ogółem: 346.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.74 g; Sód: 1655.38 mg; Potas: 1939.77 mg; Wapń: 247.36 mg; Fosfor: 895.66 mg; Błonnik pokarmowy: 13.90 g; suma cukrów prostych: 86.11 g; Woda: 617.26 g; Popiół: 9.51 g;		
<b>czwartek 2023-12-28</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> ), herbata bez cukru 250ml , papryka czerwona 50g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , wątróbka drobiowa duszona 150g ( <b>GLUTEN</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: 2698.62 kcal; Energia: 10477.68 kJ; Białko ogółem: 92.05 g; białko zwierzęce: 53.81 g; białko roślinne: 39.88 g; Tłuszcz: 107.78 g; Węglowodany ogółem: 371.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.51 g; Sód: 2794.02 mg; Potas: 3955.05 mg; Wapń: 919.49 mg; Fosfor: 1691.96 mg; Błonnik pokarmowy: 31.14 g; suma cukrów prostych: 41.69 g; Woda: 986.91 g; Popiół: 18.30 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-12-28</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
wędlina 50g (., <b>SELER, GORCZYCA</b> ), pieczywo zwykle 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 , <b>II Śniadanie:</b> jogurt "serduszko" 1 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	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>Podwieczorek:</b> sok grejfrutowy 1szt ( <b>GLUTEN</b> ),	herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 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: 2207.40 kcal; Energia: 7565.94 kJ; Białko ogółem: 72.96 g; białko zwierzęce: 39.86 g; białko roślinne: 33.10 g; Tłuszcz: 72.68 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.70 g; Sód: 1616.82 mg; Potas: 3641.49 mg; Wapń: 581.04 mg; Fosfor: 1112.09 mg; Błonnik pokarmowy: 18.54 g; suma cukrów prostych: 78.38 g; Woda: 1071.36 g; Popiół: 13.29 g;		
<b>czwartek 2023-12-28</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykle 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> ), papryka czerwona 50g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt "serduszko" 1 szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 250g , Surówka colesław 150g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), wątróbka drobiowa duszona 150g ( <b>GLUTEN</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 zwykle 100g *H ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2399.76 kcal; Energia: 8244.37 kJ; Białko ogółem: 80.98 g; białko zwierzęce: 50.49 g; białko roślinne: 32.13 g; Tłuszcz: 98.53 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.40 g; Sód: 2179.26 mg; Potas: 3517.09 mg; Wapń: 801.03 mg; Fosfor: 1371.49 mg; Błonnik pokarmowy: 18.86 g; suma cukrów prostych: 68.86 g; Woda: 999.41 g; Popiół: 16.03 g;		
<b>piątek 2023-12-29</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> ), herbata bez cukru 250ml , papryka czerwona 50g , <b>II Śniadanie:</b> kiwi 120-150g ,	zupa krupnik 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , Jajko w sosie chrzanowym 2 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, S02, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), surówka z kukini z marchewką 150g ( <b>GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Mus tubka 1szt ,	herbata bez cukru 250ml , pieczywo zwykle 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 trójkąt 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2409.78 kcal; Energia: 9096.12 kJ; Białko ogółem: 72.83 g; białko zwierzęce: 34.86 g; białko roślinne: 39.61 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 386.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.05 g; Sód: 2315.34 mg; Potas: 3750.97 mg; Wapń: 740.32 mg; Fosfor: 1510.72 mg; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 30.99 g; Woda: 940.19 g; Popiół: 15.96 g;		
<b>piątek 2023-12-29</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
dżem 25g , pieczywo zwykle 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> ), twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), <b>II Śniadanie:</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 zwykle 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: 2144.15 kcal; Energia: 7233.86 kJ; Białko ogółem: 84.62 g; białko zwierzęce: 53.84 g; białko roślinne: 30.78 g; Tłuszcz: 51.02 g; Węglowodany ogółem: 356.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.53 g; Sód: 1320.33 mg; Potas: 3553.43 mg; Wapń: 451.04 mg; Fosfor: 1061.77 mg; Błonnik pokarmowy: 16.47 g; suma cukrów prostych: 90.73 g; Woda: 1010.92 g; Popiół: 12.45 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2023-12-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA UROL</b>		
herbata z cukrem 250ml , pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), bułka masłana 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, SEZAM</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), dżem 25g , twaróg 70g ( <b>MLEKO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kiwi 120-150g ,	zupa krupnik 350ml ( <b>GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), ziemniaki 200g , Jajko w sosie chrzanowym 2 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER, S02, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), surówka z cukini z marchewką 150g ( <b>GORCZYCA, SEZAM, ŁUBIN</b> ), <b>Podwieczerek:</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 trójkąt 2 szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2189.27 kcal; Energia: 7327.91 kJ; Białko ogółem: 71.95 g; białko zwierzęce: 40.32 g; białko roślinne: 31.63 g; Tłuszcz: 64.04 g; Węglowodany ogółem: 352.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.68 g; Sód: 1603.77 mg; Potas: 3304.51 mg; Wapń: 404.76 mg; Fosfor: 1157.90 mg; Błonnik pokarmowy: 17.63 g; suma cukrów prostych: 84.84 g; Woda: 967.40 g; Popiół: 12.19 g;		
<b>sobota 2023-12-30</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> ), herbata bez cukru 250ml , kiełki 5g , pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> jabłko 1 szt ,	Zupa dyniowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), bułka 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), fasolka po bretońsku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA</b> ), <b>Podwieczerek:</b> Grejpfrut 1/2 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: 2913.10 kcal; Energia: 11712.16 kJ; Białko ogółem: 114.30 g; białko zwierzęce: 40.93 g; białko roślinne: 73.36 g; Tłuszcz: 85.98 g; Węglowodany ogółem: 468.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.26 g; Sód: 3375.86 mg; Potas: 3877.31 mg; Wapń: 583.18 mg; Fosfor: 1855.65 mg; Błonnik pokarmowy: 50.26 g; suma cukrów prostych: 35.25 g; Woda: 515.73 g; Popiół: 19.43 g;		
<b>sobota 2023-12-30</b>		
<b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
Serek President 50g ( <b>MLEKO</b> ), pieczywo zwykłe 50g**L ( <b>GLUTEN, SEZAM, ŻYTO</b> ), masło 15g ( <b>MLEKO</b> ), bułka 50g**L ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), kiełki 5g , kawa zbożowa z mlekiem 3,2% 250ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, ŁUBIN</b> ), pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy 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> ), <b>Podwieczerek:</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 30g ( <b>MLEKO, ., SELER, GORCZYCA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2306.57 kcal; Energia: 8010.45 kJ; Białko ogółem: 91.96 g; białko zwierzęce: 65.83 g; białko roślinne: 26.13 g; Tłuszcz: 90.25 g; Węglowodany ogółem: 298.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.22 g; Sód: 1728.21 mg; Potas: 3398.36 mg; Wapń: 684.15 mg; Fosfor: 1363.12 mg; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Woda: 932.41 g; Popiół: 12.89 g;		
<b>sobota 2023-12-30</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> ), kiełki 5g , pomidor 50g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	zupa dyniowa 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, SELER, SOJA, GORCZYCA, SEZAM</b> ), kompot z owocami 250ml ( <b>S02</b> ), fasolka po bretońsku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN, ., SELER, GORCZYCA</b> ), bułka 100g ( <b>GLUTEN, ŻYTO</b> ), <b>Podwieczerek:</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: 2901.34 kcal; Energia: 10683.86 kJ; Białko ogółem: 110.89 g; białko zwierzęce: 43.92 g; białko roślinne: 66.97 g; Tłuszcz: 95.05 g; Węglowodany ogółem: 438.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.71 g; Sód: 2892.39 mg; Potas: 3738.45 mg; Wapń: 765.32 mg; Fosfor: 1768.28 mg; Błonnik pokarmowy: 35.24 g; suma cukrów prostych: 83.62 g; Woda: 519.25 g; Popiół: 18.69 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2023-12-31</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> ), kielbaska drobiowa z ketchupem 1 szt ( <b>GLUTEN, ,, SELER, GORCZYCA</b> ), papryka czerwona 50g , <b>II Śniadanie:</b> jabłko 1 szt , jogurt naturalny 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ),	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 5g , rzodkiewka 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2879.77 kcal; Energia: 11279.13 kJ; Białko ogółem: 132.34 g; białko zwierzęce: 94.46 g; białko roślinne: 39.52 g; Tłuszcz: 106.86 g; Węglowodany ogółem: 377.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.50 g; Sód: 4350.77 mg; Potas: 4572.18 mg; Wapń: 866.58 mg; Fosfor: 2024.51 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g; suma cukrów prostych: 46.35 g; Woda: 1115.47 g; Popiół: 23.18 g;		
<b>niedziela 2023-12-31</b> <b>Dieta: LEKKOSTRAWNA UROL</b>		
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> ), sałata 20g , <b>II Śniadanie:</b> jabłko 1 szt ,	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 , rukola 5g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2758.33 kcal; Energia: 9933.41 kJ; Białko ogółem: 121.78 g; białko zwierzęce: 91.00 g; białko roślinne: 30.78 g; Tłuszcz: 117.73 g; Węglowodany ogółem: 330.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.21 g; Sód: 3766.69 mg; Potas: 4221.87 mg; Wapń: 385.48 mg; Fosfor: 1562.12 mg; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; suma cukrów prostych: 81.30 g; Woda: 1158.08 g; Popiół: 18.53 g;		
<b>niedziela 2023-12-31</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> ), herbata z cukrem 250ml , papryka czerwona 50g , <b>II Śniadanie:</b> jabłko 1 szt ,	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 5g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2494.91 kcal; Energia: 8729.58 kJ; Białko ogółem: 118.37 g; białko zwierzęce: 88.24 g; białko roślinne: 31.77 g; Tłuszcz: 96.40 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.59 g; Sód: 3735.76 mg; Potas: 3884.22 mg; Wapń: 535.62 mg; Fosfor: 1551.54 mg; Błonnik pokarmowy: 19.02 g; suma cukrów prostych: 66.52 g; Woda: 1019.85 g; Popiół: 19.66 g;		

Dietetyk

.....