

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Herbata b/c 250ml R 1Por, Szyńska dębowa drobiowa NikPol 30g, Twaróg półtłusty Milko 50g (MLE), Roszponka 10g 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Pestki Dyni 30g, pomidor b/s 90g, Kawa z mlekiem b/c 100ml (MLE),	Barszcz z ziemniakami R 250ml (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Miruna gotowana R 90g (RYB, MLE), Ziemniaki 200g R 200g, Sos koperkowy 100ml R 1Por (GLU, MLE), Jarzyny po grecku DR 150g (GLU), Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt.	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Szyńska tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Cukinia gotowana 50g, Sałatka makaronowa z wędliną i pomidorem b.skóry R 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.81 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; suma cukrów prostych: 96.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Sól: 5.42 g;

piątek 2024-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta z fasoli R 30g, Twaróg półtłusty Milko 50g (MLE), Roszponka 10g 1Por, pomidor 90g, Kawa z mlekiem b/c 250ml (MLE), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (ORZ),	Barszcz z ziemniakami R 250ml (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Miruna gotowana R 90g (RYB, MLE), Ziemniaki 200g R 200g, Surówka z kapusty kiszzonej R 150g, Sos koperkowy 100ml R 1Por (GLU, MLE), Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt, Kompot b/cukru 250ml 250ml,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szyńska tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Sałatka makaronowa z wędliną i pomidorem C R 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Papryka świeża 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.73 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; suma cukrów prostych: 95.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; Sól: 5.88 g

piątek 2024-01-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 100g,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2368.81 kcal; Białko ogółem: 114.09 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; suma cukrów prostych: 96.97 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g; Sól: 5.42 g

piątek 2024-01-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.73 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 80.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; suma cukrów prostych: 95.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; Sól: 5.88 g

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-05			Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta z fasoli R 30g, Twaróg półtłusty Milko 50g (MLE), pomidor 90g, Roszponka 10g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (ORZ), Kawa z mlekiem b/c 250ml (MLE),	Barszcz z ziemniakami R 250ml (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Miruna gotowana R 90g (RYB, MLE), Ziemniaki 200g R 200g, Surówka z kapusty kiszzonej R 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Szyńka tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Sałatka makaronowa z wędliną i pomidorem C R 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02),			
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2326.93 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 80.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 309.35 g; suma cukrów prostych: 57.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g; Sól: 6.20 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-06		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyunka gotowana Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony Hanusi, maślanka, koperek świeży) 50g (MLE), Rukola 10g 1Por , Jarzyny gotowane z olejem 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Pestki Dyni 30g ,	Zupa krupnik R 250ml (GLU), Schab gotowany 90g w sosie 100ml R 1Por (GLU), Ziemniaki 200g R 200g , Surówka z marchewki i pomarańczy 150g, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt , Kompot b/cukru 250ml 250ml ,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , pieczeń z warzywami 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (MLE), pomidor b/s 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.79 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 276.09 g; suma cukrów prostych: 69.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Sól: 4.25 g;

sobota 2024-01-06		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyunka gotowana Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Pasta twarogowa z papryką b.soli 50g (MLE), Rzodkiew biała 90g , Rukola 10g 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata b/cukru 250ml 1Por , Pestki Dyni 30g , Zupa mleczna z makaronem R 250ml (GLU, JAJ, MLE),	Zupa krupnik R 250ml (GLU), Schab gotowany 90g w sosie 100ml R 1Por (GLU), Ziemniaki 200g R 200g , Surówka z marchewki i pomarańczy 150g , Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt , Kompot b/cukru 250ml 250ml ,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pieczeń z pieczarkami R 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (MLE), pomidor 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.57 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; suma cukrów prostych: 76.90 g; Błonnik pokarmowy: 34.92 g; Sól: 4.89 g;

sobota 2024-01-06		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.79 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 276.09 g; suma cukrów prostych: 69.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Sól: 4.25 g;

sobota 2024-01-06		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.57 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; suma cukrów prostych: 76.90 g; Błonnik pokarmowy: 34.92 g; Sól: 4.89 g;

sobota 2024-01-06		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pasta twarogowa z papryką b.soli 50g (MLE), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Pestki Dyni 30g , Szyunka gotowana Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Rzodkiew biała 90g , Rukola 10g 1Por , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,	Zupa krupnik R 250ml (GLU), Schab gotowany 90g w sosie 100ml R 1Por (GLU), Ziemniaki 200g R 200g , Surówka z marchewki i pomarańczy 150g , Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt , Kompot b/cukru 250ml 250ml ,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pieczeń z pieczarkami R 50g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Twaróg z jogurtem naturalnym 50g (MLE), Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.28 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 70.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g; suma cukrów prostych: 65.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.30 g;Sól: 4.90 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-07		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyzka szkolna Bielez 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), kalafior gotowany z olejem 90g , Rukola 10g 1Por , Słonecznik, nasiona 30g , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Rosół z makaronem R 250ml (GLU, JAJ), Bitka drobiowa 90g w sosie 100ml gotowana 1Por (GLU), Ziemniaki 200g R 200g , Buraczki z jabłkiem 150g 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml , Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt ,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g (MLE), Szyzka beszkidzka Bielez 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus marchewkowy 50g , Sałatka ryżowa z brokołem i wędliną DR 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.16 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 304.16 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Sól: 5.22 g;

niedziela 2024-01-07		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyzka szkolna Bielez 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Papryka świeża 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Rukola 10g 1Por , Słonecznik, nasiona 30g ,	Rosół z makaronem R 250ml (GLU, JAJ), Bitka drobiowa 90g w sosie 100ml R 1Por (GLU), Ziemniaki 200g R 200g , Surówka z kapusty czerwonej R 150g , Kompot b/cukru 250ml 249ml , Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt ,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pasta twarogowa z rzodkiewką b.soli 50g (MLE), Jajko 1szt.(3) 1Por (JAJ), ogórek zielony 50g , Sałatka ryżowa z brokołem i wędliną R 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.69 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; suma cukrów prostych: 54.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sól: 5.48 g;

niedziela 2024-01-07		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2230.16 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.79 g; Węglowodany ogółem: 304.16 g; suma cukrów prostych: 66.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g; Sól: 5.22 g;

niedziela 2024-01-07		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.69 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 82.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; suma cukrów prostych: 54.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sól: 5.48 g;

niedziela 2024-01-07		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Szyzka szkolna Bielez 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Papryka świeża 50g , Słonecznik, nasiona 30g , Rukola 10g 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Rosół z makaronem R 250ml (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g R 200g , Bitka drobiowa 90g w sosie 100ml gotowana 1Por (GLU), Surówka z kapusty czerwonej R 150g , Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt , Kompot b/cukru 250ml 250ml ,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Jajko 1szt.(3) 1Por (JAJ), Pasta twarogowa z rzodkiewką b.soli 50g (MLE), Sałatka ryżowa z brokołem i wędliną R 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), ogórek zielony 50g , Herbata b/c 250ml R 1Por , Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.89 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 72.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 308.42 g; suma cukrów prostych: 48.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g; Sól: 5.75 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szynka tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Twaróg z koperkiem R 50g (MLE), mus z dyni 100g, Rukola 10g 1Por, Herbata b/c 250ml R 1Por, Słonecznik, nasiona 30g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi R 250ml (GLU, MLE),	Zupa koperkowa z ziemniakami R 250ml (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Kurczak w sosie pietruszkowym 200g 1Por (GLU, MLE), ryż na sypko 200g 1Por, Surówka z marchwi R 150g, Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Twaróg półtłusty Milko 50g (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 30g, sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.24 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; suma cukrów prostych: 76.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g; Sól: 4.81 g;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szynka tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Pasta twarogowa z papryką b.soli 50g (MLE), ogórek zielony 90g, Rukola 10g 1Por, Słonecznik, nasiona 30g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi R 250ml (GLU, MLE),	Kompot b/cukru 250ml 250ml, Zupa koperkowa z ziemniakami R 250ml (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Kurczak w sosie pietruszkowym 200g 1Por (GLU, MLE), Ryż brązowy 200g 1Por, Surówka z selera i jabłka R 150g, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Twaróg półtłusty Milko 50g (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 50g, sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.00 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; suma cukrów prostych: 71.38 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 6.06 g;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2483.24 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; suma cukrów prostych: 76.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g; Sól: 4.81 g;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2442.00 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.86 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; suma cukrów prostych: 71.38 g; Błonnik pokarmowy: 37.93 g; Sól: 6.06 g;

poniedziałek 2024-01-08 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta twarogowa z papryką b.soli 50g (MLE), Szynka tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Słonecznik, nasiona 30g, Rukola 10g 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), ogórek zielony 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Zupa koperkowa z ziemniakami R 250ml (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Kurczak w sosie pietruszkowym 200g 1Por (GLU, MLE), Ryż brązowy 200g 1Por, Surówka z selera i jabłka R 150g, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szynka dębowa drobiowa NikPol 30g, Twaróg półtłusty Milko 50g (MLE), Rzodkiew biała 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.94 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 310.57 g; suma cukrów prostych: 57.96 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g; Sól: 5.65 g;