

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szynka dębowa drobiowa NikPol 30g, Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Roszponka 10g 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), pomidor b/s 90g, Kisiel owocowy bez cukru 150g 150g, Herbata b/c 250ml R 1Por,	Zupa brokułowa z ziemniakami R 250ml (GLU), Miruna gotowana 90g (RYB, MLE), Ziemniaki 200g R 200g, Sos koperkowy 100ml R 1Por (GLU, MLE), Marchewka zagęszczana R 150g (GLU), Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt,	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President, maślanka, koperek świeży) 50g (MLE), Szynka tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Cukinia gotowana z olejem 50g, Sałatka makaronowa z wędliną i pomidorem b.skóry R 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.59 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; suma cukrów prostych: 103.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sól: 5.54 g

piątek 2024-01-12 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 Włoszczowa 50g (MLE), Roszponka 10g 1Por, pomidor 90g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (ORZ),	Zupa brokułowa z ziemniakami R 250ml (GLU), Miruna gotowana 90g (RYB, MLE), Ziemniaki 200g R 200g, Marchewka z groszkiem R 150g 150g (GLU), Kompot b/cukru 250ml 250ml, Sos koperkowy 100ml R 1Por (GLU, MLE), Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt,	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 ze szczypiorkiem b.soli R 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]: 2424.73 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 353.44 g; suma cukrów prostych: 89.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 5.70 g

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 100g,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2276.59 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.75 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; suma cukrów prostych: 103.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sól: 5.54 g

piątek 2024-01-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.73 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 74.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 353.44 g; suma cukrów prostych: 89.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.25 g; Sól: 5.70 g

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-01-12			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 Włoszczowa 50g (MLE), pomidor 90g, Roszponka 10g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (ORZ), Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Zupa brokułowa z ziemniakami R 250ml (GLU), Miruna gotowana 90g (RYB, MLE), Ziemniaki 200g R 100g, Surówka z kapusty białej i rzodkiewki 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, Pasta twarogowa ze szczypiorkiem b.soli R 50g (MLE), Papryka świeża 50g, Szyńka tostowa z kurczątką Drobimex 30g (MLE, GOR), Salatka 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 (SEL),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.07 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 80.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 294.57 g; suma cukrów prostych: 51.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.84 g; Sól: 5.64 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-01-13		
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), Twarożek z ziołami 50g(ser twarogowy mielony President , maślanka, koperek świeży) 50g (MLE), Rukola 10g 1Por , Jarzyny gotowane z olejem 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Zupa mleczna z makaronem 250ml (GLU, JAJ, MLE),	Zupa ziemniaczana R 1Por (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Pulpet gotowany R 90g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Ryż 200g na sypko 1Por , Sos pomidorowy R 100ml (GLU, MLE), Brokuły gotowane z dodatkiem oleju 150g 1Por , Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt ,	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 , bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Maślanka 150ml (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.52 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g Sól: 4.67 g

sobota 2024-01-13		
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 ziemniaczana R 1Por (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Pulpet gotowany R 90g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Ryż 200g na sypko C 1Por , Sos pomidorowy R 100ml (GLU, MLE), Surówka z kap.pekińskiej 150g(3,9,10) 1Por , 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 , Maślanka 150ml (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.13 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Sól: 4.92 g

sobota 2024-01-13		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.52 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 320.95 g; suma cukrów prostych: 80.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; Sól: 4.67 g

sobota 2024-01-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.13 kcal; Białko ogółem: 95.86 g; Tłuszcz: 68.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; suma cukrów prostych: 69.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.32 g; Sól: 4.92 g

sobota 2024-01-13		
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 ,	Zupa ziemniaczana R 1Por (GLU, SOJ, GOR, SEZ, S02), Pulpet gotowany R 90g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Ryż 200g na sypko C 1Por , Surówka z kap.pekińskiej 150g(3,9,10) 1Por , Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt ,	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), pomidor 50g , Maślanka 150ml (MLE),
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.96 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; suma cukrów prostych: 63.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; Sól: 5.07 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Szyunka szkolna Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), kalafior gotowany z olejem 90g , Rukola 10g 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Płatki owsiane na wodzie z jabłkiem(1) 1Por (GLU),	Rosół z lanym ciastem R 1Por (GLU, JAJ), Roladka ze schabu 90g w sosie własnym 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), Szyunka beszkidzka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus marchewkowy 50g , Sałatka ryżowa z brokułem i wędliną DR 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.81 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; suma cukrów prostych: 85.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; Sól: 5.60 g

niedziela 2024-01-14		
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 szkolna Bieleśz 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 , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Rosół z lanym ciastem R 1Por (GLU, JAJ), Roladka ze schabu 90g w sosie własnym 1Por (GLU), Ziemniaki 200g R 200g , Sałatka z kapusty czerwonej R 150g (SOJ, SEL, GOR, SEZ, S02), 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 brokułem i wędliną R 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.74 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g; Sól: 6.02 g

niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2314.81 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.78 g; Węglowodany ogółem: 335.58 g; suma cukrów prostych: 85.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.69 g; Sól: 5.60 g

niedziela 2024-01-14		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2275.74 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 83.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 284.39 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.01 g; Sól: 6.02 g

niedziela 2024-01-14		
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), Szyunka szkolna Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02), Papryka świeża 50g , Słonecznik, nasiona 30g , Rukola 10g 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Rosół z lanym ciastem R 1Por (GLU, JAJ), Ziemniaki 200g R 200g , Roladka ze schabu 90g 1Por , Sałatka z kapusty czerwonej R 150g (SOJ, SEL, GOR, SEZ, S02), 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 brokułem 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]: 2274.54 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 84.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; suma cukrów prostych: 51.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.45 g; Sól: 6.29 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-01-15		
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), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), mus z dyni 100g, Rukola 10g 1Por, Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (MLE), Słonecznik, nasiona 30g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Sałatka makaronowa z wędliną i pomidorem b.skóry R 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR, S02),	Zupa jarzynowa R 250ml 1Por (GLU), Gulasz drobiowy 200g 1Por (GLU), Kasza jęczmienna 200g (GLU), Sałata zielona z jogurtem 70g R 1Por (MLE), 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 Włoszczowa 50g (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 30g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.31 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Sól: 5.75 g

poniedziałek 2024-01-15		
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), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), ogórek zielony 90g, Rukola 10g 1Por, Słonecznik, nasiona 30g, Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (MLE),	Kompot b/cukru 250ml 250ml, Zupa jarzynowa R 250ml 1Por (GLU), Gulasz drobiowy 200g 1Por (GLU), Kasza gryczana 200g 1Por, Sałatka z fasolki szparafowej 150 R 150g (SEL, GOR, SEZ, S02), 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 Włoszczowa 50g (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 30g, sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 100g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.52 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; suma cukrów prostych: 56.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 5.63 g

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2319.31 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.82 g; Węglowodany ogółem: 305.01 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g; Sól: 5.75 g

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2248.52 kcal; Białko ogółem: 98.31 g; Tłuszcz: 78.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; suma cukrów prostych: 56.74 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g; Sól: 5.63 g

poniedziałek 2024-01-15		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Szynka tostowa z kurcząt Drobimex 30g (MLE, GOR), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (MLE), ogórek zielony 90g, Rukola 10g, Słonecznik, nasiona 30g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Zupa jarzynowa R 250ml 1Por (GLU), Gulasz drobiowy 200g 1Por (GLU), Kasza gryczana 200g 1Por, Sałatka z fasolki szparafowej 150 R 150g (SEL, GOR, SEZ, S02), Kompot b/cukru 250ml 250ml, Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt,	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Szynka dębowa drobiowa NikPol 30g, sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2264.32 kcal; Białko ogółem: 97.13 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 307.46 g; suma cukrów prostych: 56.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g; Sól: 5.90 g