

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Dżemik 25g 1Por , Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Roszponka 10g 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Galaretka owocowa 150g (GLU, GOR), pomidor b/s 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Zupa mleczna z kaszką kukurydzną 250g (GLU, MLE), Herbata b/c 250ml R 1Por (SEL, GOR),	Zupa kalafiorowa R 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Miruna gotowana R 90g (SKR, RYB, MLE), Ziemniaki 200g z ziołami 200g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sos koperkowy 100ml R 1Por (GLU, MLE), Jarzyny po grecku DR 150g (GLU, SEL), Kompot b/cukru 250ml 250ml , Mus jabłko, truskawka	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Herbata b/cukru 250ml 1Por , Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Białko jaj 30g(3) 1Por (JAJ), Cukinia gotowana z olejem 50g (SEL), Sałatka makaronowa z brokułem i pomidorem b.skóry R 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.66 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; suma cukrów prostych: 110.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.31 g; Sól: 3.70 g

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pasta z fasoli R 30g (GLU, OZI, ORZ, SEL, GOR, S02, ŁUB), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), Roszponka 10g 1Por , pomidor 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (OZI, ORZ, SEL, SEZ),	Zupa kalafiorowa R 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Miruna gotowana R 90g (SKR, RYB, MLE), Ziemniaki 200g z ziołami 200g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt (MLE), Surówka z kapusty kiszzonej R 150g , Sos koperkowy 100ml	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pasta z jaj ze szczypiorkiem R 30g (JAJ, MLE), Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Sałatka makaronowa z brokułem i pomidorem C R 100g (GLU, JAJ), Papryka świeża 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.95 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; suma cukrów prostych: 87.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; Sól: 4.56 g

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 100g ,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.66 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.23 g; Węglowodany ogółem: 351.01 g; suma cukrów prostych: 110.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.31 g; Sól: 3.70 g

piątek 2024-03-29		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt ,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.95 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 82.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 334.03 g; suma cukrów prostych: 87.09 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; Sól: 4.56 g

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2024-03-29		Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta z fasoli R 30g (GLU, OZI, ORZ, SEL, GOR, S02, ŁUB), Twaróg półtłusty Włoszczowa 50g (MLE), pomidor 90g, Roszponka 10g, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Orzechy włoskie 30g (OZI, ORZ, SEL, SEZ), Kawa z mlekiem b/c 250ml (GLU, MLE),	Zupa kalafiorowa R 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Miruna gotowana R 90g (SKR, RYB, MLE), Ziemniaki 200g z ziołami 200g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Surówka z kapusty kiszzonej R 150g, Mus jabłko, truskawka 120g	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Pasta z jaj ze szczypiorkiem R 30g (JAJ, MLE), Sałatka makaronowa z brokułem i pomidorem C R 100g (GLU, JAJ),
II Śniadanie: Kiwi 100g 1szt,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.32 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 85.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.59 g; Węglowodany ogółem: 306.33 g; suma cukrów prostych: 64.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; Sól: 5.03 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-03-30		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, serek homogenizowany waniliowy 50g (MLE), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President, brokuły mrożone) 50g (MLE), Rukola 10g 1Por, Jarzyny gotowane z olejem 90g (SEL), Herbata b/cukru 250ml 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Zupa mleczna z kaszą manną 250ml (GLU, MLE),	Zupa krupnik R 250ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Makaron 220g z serem 75g i masłem 1Por (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i pomarańczy 150g, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt (MLE), Kompot b/cukru 250ml 250ml,	Rama Omega-3 10g 1szt, Twaróg z koperkiem R 50g (MLE), Pasta z ryby gotowanej R 30g (SKR, JAJ, RYB, SEL), pomidor b/s 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por, bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2396.64 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; suma cukrów prostych: 80.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g; Sól: 3.22 g

sobota 2024-03-30		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, serek homogenizowany waniliowy 50g (MLE), 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 (OZI, ORZ, SEL, SEZ),	Zupa krupnik R 250ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Makaron 220g z serem 75g i masłem 1Por (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i pomarańczy 150g, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt (MLE), Kompot b/cukru 250ml 250ml,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Twaróg z koperkiem R 50g (MLE), Pasta z ryby gotowanej R 30g (SKR, JAJ, RYB, SEL), ogórek zielony 50g, Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.49 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; Sól: 3.90 g

sobota 2024-03-30		
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]: 2396.64 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 344.75 g; suma cukrów prostych: 80.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.63 g; Sól: 3.22 g

sobota 2024-03-30		
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]: 2258.49 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 70.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.76 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; suma cukrów prostych: 66.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.17 g; Sól: 3.90 g

sobota 2024-03-30		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta twarogowa z papryką b.soli 50g (MLE), Serek homogenizowany President(ser homogenizowany) 80g (MLE), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Rzodkiew biała 90g, Rukola 10g 1Por, Herbata b/cukru 250ml 1Por, Pestki Dyni 30g (OZI, ORZ, SEL, SEZ),	Zupa krupnik R 250ml (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Makaron pełnoziarnisty 220g z serem 75g i masłem 1Por (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchewki i pomarańczy 150g, Mus jabłko, morela 120g Agiberia 1szt (MLE), Kompot b/cukru 250ml	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Twaróg z koperkiem R 50g (MLE), Pasta z ryby gotowanej R 30g (SKR, JAJ, RYB, SEL), Herbata b/cukru 250ml 1Por, ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: Jabłko 100g 1Por,		Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna 1szt (SEL),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2317.70 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 330.27 g; suma cukrów prostych: 67.37 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g; Sól: 4.24 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Białko faszzerowane 1szt (3,7) 1Por (JAJ, MLE), Połędwica sopocka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), brokuly gotowane z dod. oleju 90g, Rukola 10g 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Deser Sojowy Alpro 125g 1szt (SOJ), Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Żurek na maślanie 250ml 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Roladka ze schabu 90g w sosie własnym 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kluski śląskie 200g (1,3) 1Por (JAJ), Buraczki z jabłkiem 150g 150g, Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. 1szt (MLE), Ciasto z	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta twarogowa z pietruszką b.soli 50g (MLE), Galaretką drobiowa b.soli 50g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Mus marchewkowy 50g, Galaretką mleczna 150ml (GLU, MLE, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.21 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 384.83 g; suma cukrów prostych: 104.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; Sól: 4.61 g

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Białko faszzerowane 1szt (3,7) 1Por (JAJ, MLE), Połędwica sopocka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), ser żółty 30g (MLE), Papryka świeża 90g, Rukola 10g 1Por, Słonecznik, nasiona 30g (OZI, ORZ, SEZ), Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Żurek na maślanie 250ml 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Roladka duszona 90g w sosie własnym R 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kluski śląskie 200g (1,3) 1Por (JAJ), Sałatka z kapusty czerwonej R 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Pasta twarogowa ze szczypiorkiem b.soli R 50g (MLE), Galaretką drobiowa b.soli 50g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ), ogórek kiszony 50g, Galaretką mleczna 150ml (GLU, MLE, GOR), Herbata b/cukru 250ml 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.50 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 312.12 g; suma cukrów prostych: 59.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; Sól: 6.68 g

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Pomarańcza 100g 1szt,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.21 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 384.83 g; suma cukrów prostych: 104.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.14 g; Sól: 4.61 g

niedziela 2024-03-31		
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]: 2302.50 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 312.12 g; suma cukrów prostych: 59.12 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; Sól: 6.68 g

niedziela 2024-03-31		
Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Białko faszzerowane 1szt (3,7) 1Por (JAJ, MLE), Połędwica sopocka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), ser żółty 30g (MLE), Papryka świeża 50g, Rukola 10g 1Por, jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Pomarańcza 100g 1szt, Herbata b/cukru 250ml 1Por,	Roladka duszona 90g w sosie własnym R 1Por (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Żurek na maślanie 250ml 1Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kluski śląskie 200g (1,3) 1Por (JAJ), Sałatka z kapusty czerwonej R 150g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus jabłkowy Agiberia	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt, Galaretką drobiowa b.soli 50g (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Szynka beszkidzka Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa ze szczypiorkiem b.soli R 50g (MLE), ogórek kiszony 50g, Herbata b/c 250ml R 1Por (SEL, GOR), Sok pomidorowy 300ml Garden 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.83 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; suma cukrów prostych: 81.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; Sól: 7.98 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Polędwica wiśniowa Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Kielbaska biała delikatesowa 30g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidor b/s 90g , Herbata b/c 250ml R 1Por (SEL, GOR), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi R 300ml (GLU, MLE), Rukola 10g 1Por ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem R 1Por (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Bitka drobiowa 90g w sosie 100ml gotowana 1Por (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki 200g z ziołami 200g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Surówka z marchwi R 150g , Kompot b/cukru 250ml 250ml , Mus	bułka kanapkowa 110g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Pieczeń z pieczarkami R 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), kalafior gotowany z olejem 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.31 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; suma cukrów prostych: 87.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; Sól: 4.37 g

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Kielbaska biała delikatesowa 30g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Polędwica wiśniowa Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), pomidor 90g , Rukola 10g 1Por , Słonecznik, nasiona 30g (OZI, ORZ, SEZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE),	Kompot b/cukru 250ml 250ml , Zupa koperkowa z lanym ciastem R 1Por (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Bitka drobiowa 90g w sosie 100ml R 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus jabłko, truskawka 120g Agiberia 1szt (MLE), Ziemniaki 200g z ziołami 200g (GLU, SOJ, MLE, ORZ,	Chleb 40g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), chleb żytni 80g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Pieczeń z pieczarkami R 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Sałatka z kapusty pekińskiej 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.25 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 284.29 g; suma cukrów prostych: 71.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Sól: 4.99 g

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Położniczy (C2)		
II Śniadanie: Banan 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.31 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 302.33 g; suma cukrów prostych: 87.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; Sól: 4.37 g

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa Położniczy (C1)		
II Śniadanie: Banan 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona 1szt (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.25 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 284.29 g; suma cukrów prostych: 71.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g; Sól: 4.99 g

poniedziałek 2024-04-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Położniczy (C3)		
chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Polędwica wiśniowa Bieleśz 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Kielbaska biała delikatesowa 30g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Słonecznik, nasiona 30g (OZI, ORZ, SEZ), Rukola 10g 1Por , jogurt naturalny 100g Mlekovita 1Por (MLE), pomidor 90g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem R 1Por (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Bitka drobiowa 90g w sosie 100ml R 1Por (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Surówka bułgarska z papryką 150g , Ziemniaki 200g z ziołami 200g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus jabłko, truskawka 120g	chleb żytni 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Rama Omega-3 10g 1szt , Pieczeń z pieczarkami R 50g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Serek wiejski OSM Radomsko 50g (MLE), Sałatka z kapusty pekińskiej 50g , Herbata b/cukru 250ml 1Por ,
II Śniadanie: Mandarynka 100g 1Por ,		Posiłek nocny: Jajko 1szt.(3) 1Por (JAJ),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.43 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 75.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 274.58 g; suma cukrów prostych: 52.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; Sól: 5.45 g