

**Jadłospis PIOTRKÓW 11.06.26 r. (czwartek)**

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIALKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser żółty 60g (mleko, subst. kons.) - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Kasza manna na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) (ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 300g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowany bukiet 120g (marchew, seler, pietruszka) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia, m. graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser żółty 60g (mleko, subst. kons.) - lizozym (z jaj) ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowany bukiet 120g (marchew, seler, pietruszka) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki jęczmienne na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 80g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>II ŚNIADANIE</b>	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Galaretką owocową 200ml	Banan 120g Nasiona słonecznika 10g	Galaretką owocową półpłynną 200ml	Drożdżówka z budyniem 80g ( <b>GLUTEN</b> )
<b>OBIAD</b>	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Pyzy gotowane z mięsem 300g ( <b>GLUTEN</b> ) - Okrasa 50g - Surówka z marchewki 150g  - Kompot 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Pyzy gotowane z mięsem 300g ( <b>GLUTEN</b> ) - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Pyzy gotowane z mięsem 300g ( <b>GLUTEN</b> ) - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml	- Zupa fasolowa 400g (wywar drobiowo - warzywny, fasola, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Potrawka meksykańska gotowana w sosie pomidorowym z kaszą pęczak 350g (m. drobiowe, seler, koper, fasola, kukurydziany, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Surówka z marchewki 150g - Kompot b/c 250ml  - Pieczywo chrupkie pełnoziarniste 30g ( <b>GLUTEN</b> )	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Potrawka meksykańska gotowana w sosie pomidorowym z kaszą pęczak 350g (m. drobiowe, seler, koper, fasola, kukurydziany, bulion, koncentrat pomidorowy, przyprawy, mąka pszenna, ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Kartoflanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy ( <b>SELER</b> )) - Pyzy gotowane z mięsem 400g ( <b>GLUTEN</b> ) - Surówka z marchewki 150g - Kompot 250ml
<b>KOLACJA</b>	- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna, m. żytnia, m. graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka pieczona 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Ogórek kiszony 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka pieczona 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Ogórek kiszony bez skóry 120g - Herbata 1 torebka Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka pieczona 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia, m. graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka pieczona 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Ogórek kiszony 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka pieczona 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka pieczona 80g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Ogórek kiszony bez skóry 120g - Herbata 1 torebka Cukier 1 saszetka
<b>POSILEK NOCNY</b>	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Sok pomidorowy 200 ml

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2342 kcal; B: 79,39 g; T: 93,56 g, w tym tł. nasycone: 31,85 g; W: 305,1 g, w tym cukry 146,7 g; Błonnik: 20,03 g, Zawartość sodu: 2580 mg

Kaloryczność dla z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2174 kcal; B: 98,8 g; T: 77,39 g, w tym tł. nasycone: 32,9 g; W: 279,91 g, w tym cukry 149,04 g; Błonnik: 39,44 g, Zawartość sodu: 2412 mg, WW: 24

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2364 kcal; B: 102,68 g; T: 96,46 g, w tym tł. nasycone: 30,56 g; W: 291,55 g, w tym cukry 148,36 g; Błonnik: 25,56 g, Zawartość sodu: 2392 mg

Kaloryczność dla diety papkowej: 2314 kcal; B: 101,68 g; T: 92,41 g, w tym tł. nasycone: 29,45 g; W: 290,25 g, w tym cukry 146,42 g; Błonnik: 26,56 g, Zawartość sodu: 2392 mg

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2395 kcal; B: 101,88 g; T: 92,46 g, w tym tł. nasycone: 26,43 g; W: 322,55 g, w tym cukry 181,11 g; Błonnik: 24,56 g, Zawartość sodu: 2712 mg

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2550 kcal; B: 110,84 g; T: 98,54 g, w tym tł. nasycone: 34,43 g; W: 321,55 g, w tym cukry 180,11 g; Błonnik: 25,56 g, Zawartość sodu: 2704 mg

**Jadłospis PIOTRKÓW 12.06.26 r. (piątek)**

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLUTEN,MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 100g . ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 30g - Jabłko 120 - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka <b>ZPO cały oddział wędlna 60g łopatką zbjnicka na śniadanie + pomidor bez skóry 120g</b>	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLUTEN,MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 100g . ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 30g - Gotowane jabłko 120 - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 100g . ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 30g - Gotowane jabłko 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 100g . ( <b>MLEKO</b> ) - Masło orzechowe 30g ( <b>ORZECHY</b> ) - Jabłko 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLUTEN,MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Łopatką zbjnicka 60g ( <b>JAJA, GLUTEN</b> ) - Gotowany seler 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki owsiane na mleku 300g ( <b>GLUTEN,MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Ser biały 150g . ( <b>MLEKO</b> ) - Dżem 30g - Jabłko 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>II ŚNIADANIE</b>	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> ) Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>
<b>OBIAD</b>	- Zupa koperkowa z ryżem 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ryż, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Filet z miruny gotowany w lekkim ziołowym 160g (f.miruny, , przyprawy ( <b>RYBA, MLEKO</b> )) - Ziemniaki 300g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ryżem 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ryż, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Filet z miruny gotowany w lekkim ziołowym 160g (f.miruny, , przyprawy ( <b>RYBA, MLEKO</b> )) - Ziemniaki 300g - Cesarski mix 150g (marchew, kalafior, brokuł) - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ryżem 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ryż, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Filet z miruny gotowany w lekkim ziołowym 160g (f.miruny, , przyprawy ( <b>RYBA, MLEKO</b> )) - Ziemniaki 300g - Cesarski mix 150g (marchew, kalafior, brokuł) - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ryżem brązowym 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ryż, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Filet z miruny gotowany w lekkim ziołowym 160g (f.miruny, , przyprawy ( <b>RYBA, MLEKO</b> )) - Ziemniaki 300g - Surówka z kiszzonej kapusty 150g - Kompot b/c 250ml  - Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> ) - Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Filet z miruny gotowany w lekkim ziołowym 160g (f.miruny, , przyprawy ( <b>RYBA, MLEKO</b> )) - Ziemniaki 300g - Cesarski mix 150g (marchew, kalafior, brokuł) - Kompot 250ml	- Zupa koperkowa z ryżem 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, <b>seler</b> , ryż, koperek, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy ( <b>SELER, GLUTEN</b> )) - Filet z miruny gotowany w lekkim ziołowym 200g (f.miruny, , przyprawy ( <b>RYBA, MLEKO</b> )) - Ziemniaki 300g - Cesarski mix 150g (marchew, kalafior, brokuł) - Kompot 250ml
<b>KOLACJA</b>	- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Gotowany burak plastry z ziołami 105g - Tarta rzodkiewka 105g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Sałata 15g - Herbata torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Gotowany burak plastry z ziołami 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 120g (jaja, majonez light, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Rzodkiewka 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Jajko 2 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Gotowany burak plastry z ziołami 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta jajeczna ze szczypiorem 150g (jaja, jogurt, szczypiór ( <b>JAJA, MLEKO</b> )) - Gotowany burak plastry z ziołami 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>POSIŁEK NOCNY</b>	Marchewka 100g Hummus 30g	Kisiel owocowy b/c 200ml	Kisiel owocowy b/c 200ml	Marchewka 100g Hummus 30g	Kisiel owocowy b/c 200ml	- Serek wiejski 200g ( <b>MLEKO</b> )  Kisiel owocowy b/c 200ml ( <b>ZPO</b> )
	Kisiel owocowy b/c 200ml ( <b>ZPO</b> )	Kisiel owocowy b/c 200ml ( <b>ZPO</b> )	Kisiel owocowy b/c 200ml ( <b>ZPO</b> )	Kisiel owocowy b/c 200ml ( <b>ZPO</b> )		Kisiel owocowy b/c 200ml ( <b>ZPO</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2356 kcal; B: 92,01 g; T: 94,65 g, w tym tł. nasycone: 28,45 g; W: 289,15 g, w tym cukry 146,92 g; Błonnik: 21,72 g; Zawartość sodu: 2804 mg  
 Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2632 kcal; B: 107,50 g; T: 97,33 g, w tym tł. nasycone: 35,04 g; W: 355,28 g, w tym cukry 219 g; Błonnik: 27,25 g; Zawartość sodu: 2572 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 33  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2407 kcal; B: 77,41 g; T: 75,46 g, w tym tł. nasycone: 31,13 g; W: 348,17 g, w tym cukry 160,22 g; Błonnik: 16,02 g Zawartość sodu: 2988 mg  
 Kaloryczność dla diety papkowej: 2377 kcal; B: 77,41 g; T: 75,46 g, w tym tł. nasycone: 31,13 g; W: 346,17 g, w tym cukry 159,12 g; Błonnik: 16,14 g Zawartość sodu: 2988 mg  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2397 kcal; B: 99,58 g; T: 76,15 g, w tym tł. nasycone: 25,65 g; W: 343,17 g, w tym cukry 160,14 g; Błonnik: 17,28 g Zawartość sodu: 2988 mg  
 Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2620 kcal; B: 87,30 g; T: 81,45 g, w tym tł. nasycone: 20,47 g; W: 353,02 g, w tym cukry 231,44 g; Błonnik: 19,78 g Zawartość sodu: 1652 mg

**Jadłospis PIOTRKÓW 13.06.26 r. (sobota)**

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAKKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIALKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Ogórek 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowany bukiet 120g (seler, marchew, pietruszka) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Zacierki na wywarze jarzynowym 300g ( <b>SELER, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowany bukiet 120g (seler, marchew, pietruszka) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Zacierki z m. razowej na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Ogórek 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowany bukiet 120g (seler, marchew, pietruszka) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Zacierki na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEN</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Filet specjal 80g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowany bukiet 120g (seler, marchew, pietruszka) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan 120g	Banan 120g	Banan 120g	Banan 120g Pestki dyni 10g	Sok owocowy 200ml	Banan 120g
<b>OBIAD</b>	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Schab duszony w sosie pieczarkowym 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , bulion, przyprawy, pieczarki( <b>GLUTEN</b> )) - Kasza gryczana 200g - Surówka z selera 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Schab duszony w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , bulion, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Kasza jaglana 200g - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Schab duszony w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , bulion, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Kasza jaglana 200g - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Schab duszony w sosie pieczarkowym 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , bulion, przyprawy, pieczarki( <b>GLUTEN</b> )) - Kasza gryczana 200g - Surówka z selera 150g - Kompot b/c 250ml  - Wafle ryżowe wielozłaziste 30g	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Schab duszony w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , bulion, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Kasza jaglana 200g - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa pomidorowa z makaronem 400g (woda, m. drobiowe, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, przyprawy, makaron 400g ( <b>SELER, GLUTEN, MLEKO</b> )) - Schab duszony w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, <b>mąka pszenna</b> , bulion, przyprawy ( <b>GLUTEN</b> )) - Kasza jaglana 200g - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml
<b>KOLACJA</b>	- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta z groszku 80g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Schab kruchy 20g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Papryka 120 g  - Herata 1 torebka/Cukier 1 szetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowana kukinia z ziołami 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowana kukinia z ziołami 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ( <b>GLUTEN</b> )) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Pasta z groszku 80g (g. zielony, sok z cytryny, oliwa, przyprawy) - Schab kruchy 20g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Papryka 120 g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowana kukinia z ziołami 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Schab kruchy 80g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> ) - Gotowana kukinia 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>POSILEK NOCNY</b>	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLEKO</b> )	Maślanka naturalna 150 g ( <b>MLEKO</b> )
	Budyń czekoladowy 200ml b/c ( <b>MLEKO</b> ) (ZPO)	Budyń czekoladowy 200ml b/c ( <b>MLEKO</b> ) (ZPO) i <u>ODDZIAŁ DZIECIĘCY</u>	Budyń czekoladowy 200ml b/c ( <b>MLEKO</b> ) (ZPO)	Budyń czekoladowy 200ml b/c ( <b>MLEKO</b> ) (ZPO)	Budyń czekoladowy 200ml b/c ( <b>MLEKO</b> ) (ZPO)	Budyń czekoladowy 200ml b/c ( <b>MLEKO</b> ) (ZPO)
<p>Kaloryczność dla diety ogólnej: 2442 kcal; B: 93,51 g; T: 94,78 g, w tym Tł. nasycone: 35,04 g; W: 320,71 g, w tym cukry 176,37 g; Błonnik: 23,51 g Zawartość sodu: 1880 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2495 kcal; B: 91,85 g; T: 100,46 g, w tym Tł. nasycone: 28,10 g; W: 317,90 g, w tym cukry 184,01 g; Błonnik: 24,18 g, Zawartość sodu: 1940 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 29</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2553 kcal; B: 96,76 g; T: 96,36 g, w tym Tł. nasycone: 24,38 g; W: 325,95 g, w tym cukry 179,91 g; Błonnik: 24,01 g Zawartość sodu: 2244 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety papkowatej: 2493 kcal; B: 98,55 g; T: 92,62 g, w tym Tł. nasycone: 22,38 g; W: 321,30 g, w tym cukry 176,91 g; Błonnik: 23,66 g Zawartość sodu: 1840 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2450 kcal; B: 93,76 g; T: 87,36 g, w tym Tł. nasycone: 20,38 g; W: 324,95 g, w tym cukry 179,91 g; Błonnik: 24,01 g Zawartość sodu: 2244 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2673 kcal; B: 103,76 g; T: 99,36 g, w tym Tł. nasycone: 27,86 g; W: 327,94 g, w tym cukry 180,15 g; Błonnik: 24,418g Zawartość sodu: 2284 mg</p>						

## Jadłospis PIOTRKÓW 14.06.26 r. (niedziela)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA
ŚNIADANIE	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul> <p><b>ZPO cały oddział wędlna 60g szynka bez kości Podkomorzy na śniadanie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki orkiszowe na mleku 300g (<b>MLEKO GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Pomidor 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka bez kości Podkomorzy 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki kukurydziane na mleku 300g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z ziołami 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Pomidor bez skóry 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
II ŚNIADANIE	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g - Słonecznik nasiona 10g	Mus owocowo – warzywny 100g	Mus owocowo – warzywny 100g
OBIAD	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko smażone opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko gotowane w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Gotowana marchewka 150g (<b>ODDZIAŁ DZIECIĘCY</b>)</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko gotowane w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem razowym 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko smażone opiekane 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Surówka z buraczków 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> </ul> <p>- Jogurt naturalny 150g (<b>MLEKO</b>)</p> <p>- Serek homogenizowany owocowy 150g (<b>MLEKO</b>) ZPO</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko gotowane w sosie jarzynowym 200g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rosół z makaronem 400g (wywar drobiowy, kluski, marchew, pietruszka, por, <b>SELER</b>, przyprawy (<b>GLUTEN, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Udko gotowane w sosie jarzynowym 250g (udko drobiowe, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Gotowany burak 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
KOLACJA	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka delikatesowa 30g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowane jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Gotowany bukiet 105g (marchew, pietruszka, seler)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka delikatesowa 30g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowane jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Gotowany bukiet 105g (marchew, pietruszka, seler)</li> <li>- Tarta rzodkiewka 105g (<b>ODDZIAŁ DZIECIĘCY</b>)</li> <li>- Sałata 15g</li> </ul> <p>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka delikatesowa 30g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowane jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Gotowany bukiet 120g (marchew, pietruszka, seler)</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka delikatesowa 30g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowane jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Rzodkiewka 105g</li> <li>- Sałata 15g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka delikatesowa 30g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowane jajko 1 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Gotowany bukiet 120g (marchew, pietruszka, seler)</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka delikatesowa 40g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> <li>- Gotowane jajko 2 szt. (<b>JAJA</b>)</li> <li>- Gotowany bukiet 120g (marchew, pietruszka, seler)</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
POSILEK NOCNY	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 30g</li> <li>Serek śmietankowy 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>Rozszponka 10g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 30g</li> <li>Serek śmietankowy 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>Rozszponka 10g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 30g</li> <li>Serek śmietankowy 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>Rozszponka 10g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe wielozłaziste 30g</li> <li>Serek śmietankowy 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>Rozszponka 10g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Serek homogenizowany naturalny 150g (<b>MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wafle ryżowe 30g</li> <li>Serek śmietankowy 20g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>Rozszponka 10g</li> </ul>
<p>Kaloryczność dla diety ogólnej: 2444 kcal; B: 101,65 g; T: 93,62 g, w tym Tł. nasycone: 24,67 g; W: 312,32 g, w tym cukry 182,22 g; Błonnik: 18,82 g, Zawartość sodu: 3024 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2476 kcal; B: 102,93 g; T: 94,96 g, w tym Tł. nasycone: 34,39 g; W: 296,38 g, w tym cukry 105,62 g; Błonnik: 21,80 g, Zawartość sodu: 2620 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 27</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2488 kcal; B: 103,65 g; T: 94,62 g, w tym Tł. nasycone: 25,62 g; W: 311,32 g, w tym cukry 179,22 g; Błonnik: 19,04 g, Zawartość sodu: 2944 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety papkowej: 2468 kcal; B: 99,45 g; T: 91,61 g, w tym Tł. nasycone: 23,62 g; W: 306,32 g, w tym cukry 176,22 g; Błonnik: 19,04 g, Zawartość sodu: 2904 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2368 kcal; B: 96,45 g; T: 87,32 g, w tym Tł. nasycone: 21,62 g; W: 306,32 g, w tym cukry 176,22 g; Błonnik: 19,04 g, Zawartość sodu: 2944 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2544 kcal; B: 106,65 g; T: 93,62 g, w tym Tł. nasycone: 26,67 g; W: 314,32 g, w tym cukry 182,22 g; Błonnik: 19,05 g, Zawartość sodu: 3024 mg</p>						

## Jadłospis PIOTRKÓW 15.06.26 r. (poniedziałek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (<b>JAJA, GLUTEN</b>), - Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Kasza manna na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>) (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (<b>JAJA, GLUTEN</b>), - Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Pomidorki koktajlowe 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (<b>SELER, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (<b>JAJA, GLUTEN</b>), - Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (<b>JAJA, GLUTEN</b>), - Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (<b>JAJA, GLUTEN</b>), - Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Płatki żytnie na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasztet pieczony 120g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (<b>JAJA, GLUTEN</b>), - Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> )	Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )
	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) ZPO	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) ZPO	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) ZPO	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) ZPO	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) ZPO	Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) ZPO
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sos bolognese gotowany z mięsem mielonym 160g (m. drobiowe, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sos bolognese gotowany z mięsem mielonym 160g (m. drobiowe, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sos bolognese gotowany z mięsem mielonym 160g (m. drobiowe, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sos bolognese gotowany z mięsem mielonym 160g (m. drobiowe, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Makaron razowy 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Surówka z kapusty pekińskiej 150g</li> <li>- Kompot b/c 250ml</li> <li>- Sok pomidorowy 200ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sos bolognese gotowany z mięsem mielonym 160g (m. drobiowe, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki włoszczyzna, kalafior, przyprawy, mąka pszenna (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Sos bolognese gotowany z mięsem mielonym 200g (m. drobiowe, seler, koper, cebula, przyprawy, mąka pszenna, koncentrat pomidorowy) (<b>SELER, GLUTEN</b>))</li> <li>- Makaron pszenny 200g (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Gotowana cukinia 150g</li> <li>- Kompot 250ml</li> </ul>
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet zapiekany 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu wędzarniczego – MLEKO, GLUTEN), hydrolizat białka, przyprawy, olej rzep. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Pasta rybna z makreli 120g (makrela, koncentrat pomidorowy, marchew, seler, pietruszka, przyprawy (RYBA, SELER, <b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet zapiekany 60g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, wieprzowe), aromat (Dymu. (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Filet zapiekany 80g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>))</li> <li>- Gotowana marchewka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>POSILEK NOCNY</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka kajzerka z masłem (20g), liściem sałaty, szynką (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (40g) (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka kajzerka z masłem (20g), liściem sałaty, szynką (20g), (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka kajzerka kajzerka z masłem (20g), liściem sałaty, szynką (20g), (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka grahamka kajzerka z masłem (20g), liściem sałaty, szynką (20g), 3 plasterkami rzodkiewki i (40g) (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Maślanka naturalna 150g (<b>MLEKO</b>)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bułka kajzerka kajzerka z masłem (20g), liściem sałaty, szynką (20g), (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b>)</li> </ul>

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2360 kcal; B: 104,88 g; T: 79,06 g, w tym Tł. nasycone: 29,41 g; W: 324,34 g, w tym cukry 191,80 g; Błonnik: 23,48g, Zawartość sodu: 2768 mg  
 Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2452 kcal; B: 106,91 g; T: 81,06 g, w tym Tł. nasycone: 26,41 g; W: 326,34 g, w tym cukry 191,80 g; Błonnik: 24,,48g, Zawartość sodu: 2768 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 30  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2285 kcal; B: 106,88 g; T: 82,06 g, w tym Tł. nasycone: 27,41 g; W: 327,34 g, w tym cukry 193,70 g; Błonnik: 23,70g, Zawartość sodu: 2768 mg  
 Kaloryczność dla diety papkowej: 22752kcal; B: 105,78 g; T: 79,06 g, w tym Tł. nasycone: 25,41 g; W: 323,24 g, w tym cukry 188,70 g; Błonnik: 22,70g, Zawartość sodu: 2768 mg  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2288 kcal; B: 108,95 g; T: 70,35 g, w tym Tł. nasycone: 24,53 g; W: 314,71 g, w tym cukry 190,94 g; Błonnik: 20,70 g, Zawartość sodu: 3160 mg  
 Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2553 kcal; B: 117,22 g; T: 82,47 g, w tym Tł. nasycone: 31,7 g; W: 346,10 g, w tym cukry 197,24 g; Błonnik: 26,56 g, Zawartość sodu: 2998 mg

**Jadłospis PIOTRKÓW 16.06.26 r. (wtorek)**

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	-Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, ( <b>MLEKO, SOJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 300g( <b>SELER</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowany burak 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Makaron razowy na mleku 300g ( <b>MLEKO, GLUTEM</b> ) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 40g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Ser żółty 20g ( <b>MLEKO</b> ) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 60g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowany burak 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Kasza jaglana na mleku 300g ( <b>MLEKO</b> ) - Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Kielbasa szynkowa Jana 80g (m. wieprzowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowany burak 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>II ŚNIADANIE</b>	- Bułka cynamonowa 80g ( <b>GLUTEN</b> )	- Bułka cynamonowa 80g ( <b>GLUTEN</b> )	Kisiel owocowy b/c 200ml	Kisiel owocowy b/c 200ml Wiórki kokosowe 5g	Kisiel owocowy b/c 200ml półpłynny	- Bułka cynamonowa 80g ( <b>GLUTEN</b> )
<b>OBIAD</b>	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy, ryż ( <b>SELER</b> )) - Kąski drobiowe w sosie warzywnym 160g (m. drobiowe, przyprawy, brokuł, papryka, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy) ( <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 300g - Surówka colesław 150g  - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy, ryż ( <b>SELER</b> )) - Kąski drobiowe w sosie warzywnym 160g (m. drobiowe, przyprawy, brokuł, papryka, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy) ( <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 300g - Gotowany bukiet 150g (marchew, pietruszka, seler) - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy, ryż ( <b>SELER</b> )) - Kąski drobiowe w sosie warzywnym 160g (m. drobiowe, przyprawy, brokuł, papryka, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy) ( <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 300g - Gotowany bukiet 150g (marchew, pietruszka, seler) - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy, ryż brązowy ( <b>SELER</b> )) - Kąski drobiowe w sosie warzywnym 160g (m. drobiowe, przyprawy, brokuł, papryka, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy) ( <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 300g - Surowka colesław 150g - Kompot b/c 250ml  - Gruszka 120g - Gorzka czekolada 10g ( <b>MLEKO</b> )	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy, ryż ( <b>SELER</b> )) - Kąski drobiowe w sosie warzywnym 160g (m. drobiowe, przyprawy, brokuł, papryka, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy) ( <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 300g - Gotowany bukiet 150g (marchew, pietruszka, seler) - Kompot 250ml	- Ryżanka 400g (wywar wieprzowy, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, przyprawy, ryż ( <b>SELER</b> )) - Kąski drobiowe w sosie warzywnym 200g (m. drobiowe, przyprawy, brokuł, papryka, marchew, pietruszka, koncentrat pomidorowy) ( <b>GLUTEN</b> ) - Ziemniaki 300g - Gotowany bukiet 150g (marchew, pietruszka, seler)  - Kompot 250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u> , m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa luksusowa 30g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowane jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Rzodkiewka 105 g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa luksusowa 30g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowane jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Gotowana cukinia 105g - Tarta rzodkiewka 105 g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Sałata 15g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 10g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa luksusowa 30g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowane jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u> , m. <u>graham</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa luksusowa 30g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowane jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Rzodkiewka 105 g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa luksusowa 30g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowane jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u> ) ( <b>GLUTEN</b> ) - Masło 15g ( <b>MLEKO</b> ) - Szynka drobiowa luksusowa 60g ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b> ) - Gotowane jajko 1 szt. ( <b>JAJA</b> ) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
<b>POSIŁEK NOCNY</b>	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )
	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>	Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>		Jogurt owocowy 150g ( <b>MLEKO</b> ) <b>ZPO</b>
<p>Kaloryczność dla diety ogólnej: 2375 kcal; B: 105,88 g; T: 94,66 g, w tym Tł. nasycone: 32,43 g; W: 325,55 g, w tym cukry 181,11 g; Błonnik: 24,56 g, Zawartość sodu: 2712 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2466 kcal; B: 104,82 g; T: 92,42 g, w tym Tł. nasycone: 30,23 g; W: 325,54 g, w tym cukry 180,11 g; Błonnik: 26,56 g, Zawartość sodu: 2712 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 30</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2364 kcal; B: 102,68 g; T: 96,46 g, w tym Tł. nasycone: 30,56 g; W: 291,55 g, w tym cukry 148,36 g; Błonnik: 25,56 g, Zawartość sodu: 2392 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety papkowej: 2314 kcal; B: 101,68 g; T: 92,41 g, w tym Tł. nasycone: 29,45 g; W: 290,25 g, w tym cukry 146,42 g; Błonnik: 26,56 g, Zawartość sodu: 2392 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2395 kcal; B: 101,88 g; T: 92,46 g, w tym Tł. nasycone: 26,43 g; W: 322,55 g, w tym cukry 181,11 g; Błonnik: 24,56 g, Zawartość sodu: 2712 mg</p> <p>Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2550 kcal; B: 110,84 g; T: 98,54 g, w tym Tł. nasycone: 34,43 g; W: 321,55 g, w tym cukry 180,11 g; Błonnik: 25,56 g, Zawartość sodu: 2704 mg</p>						

## Jadłospis PIOTRKÓW 17.06.26 r. (środa)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA
ŚNIADANIE	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo mieszane 90g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana pietruszka 120 g - Pomidorki koktajlowe 120g ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana pietruszka 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż brązowy na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Ogonówka wiejska 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Ogórek 120 g - Herbata 1 torebka b/c	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 20g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 1 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana pietruszka 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Ryż biały na mleku 300g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ogonówka wiejska 40g (m. drobiowe, skrobia kukurydziana, sól, białka (sojowe, (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Parówka 2 szt. (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana pietruszka 120 g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
II ŚNIADANIE	Jabłko 120g	Gotowane jabłko 120g	Gotowane jabłko 120g	Jabłko 120g Masło orzechowe 10g (ORZECHY)	Sok marchewkowo – bananowy 200 ml	Jabłko 120g
OBIAD	- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brokuł, marchew, natka pietruszki, przyprawy (SELER) - Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g (GLUTEN) - Surówka z kiszzonego ogórka 150g - Kompot b/c 250ml  - Kanapka z masłem(20g), liściem sałaty, szynką (20g), 3 plasterkami papryki (40g) (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2)	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 160g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml	- Marchwianka z ziemniakami 400g (bulion drobiowy, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Bitki wieprzowe duszone w sosie własnym 200g (m. wieprzowej, mąka pszenna, marchew, bulion, przyprawy, (GLUTEN)) - Kasza jęczmienna perłowa 200g (GLUTEN) - Duet marchewka 150g - Kompot 250ml
KOLACJA	- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka  <b>ZPO cały oddział wędlna 60g szynka pieczona na kolację</b>	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Gotowany burak 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 10g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Gotowany burak 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Papryka 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka pieczona 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2) - Gotowany burak 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Twarożek z rzodkiewką 150g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (MLEKO)) - Gotowany burak 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO)	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO)	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO)	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO) Płatki migdałowe 10g	Budyń śmietankowy b/c 200ml półpłynny (MLEKO)	Budyń śmietankowy b/c 200ml (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2435 kcal; B: 102,88 g; T: 94,56 g, w tym Tł. nasycone: 29,58 g; W: 303,55 g, w tym cukry 174,31 g; Błonnik: 20,96 g, Zawartość sodu: 2472 mg

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2552 kcal; B: 106,57 g; T: 95,19 g, w tym Tł. nasycone: 29,74 g; W: 327,13 g, w tym cukry 174,31 g; Błonnik: 21,8 g, Zawartość sodu: 2472 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 31

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2474 kcal; B: 108,68 g; T: 99,46 g, w tym Tł. nasycone: 32,56 g; W: 293,55 g, w tym cukry 148,36 g; Błonnik: 20,56 g, Zawartość sodu: 2432 mg

Kaloryczność dla diety papkowej: 2468 kcal; B: 108,68 g; T: 99,46 g, w tym Tł. nasycone: 32,56 g; W: 292,45 g, w tym cukry 147,36 g; Błonnik: 20,54 g, Zawartość sodu: 2432 mg

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2370 kcal; B: 104,33 g; T: 93,44 g, w tym Tł. nasycone: 28,46 g; W: 293,55 g, w tym cukry 148,36 g; Błonnik: 20,51 g, Zawartość sodu: 2432 mg

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2555 kcal; B: 113,94 g; T: 98,76 g, w tym Tł. nasycone: 32,44 g; W: 303,55 g, w tym cukry 174,31 g; Błonnik: 21,03 g, Zawartość sodu: 2560 mg

## Jadłospis PIOTRKÓW 18.06.26 r. (czwartek)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGŁOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA
ŚNIADANIE	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa luksusowa 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowane jajko 1 szt. (JAJKO) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa luksusowa 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowane jajko 1 szt. (JAJKO) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Kasza manna na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa luksusowa 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowane jajko 1 szt. (JAJKO) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki jęczmienne na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa luksusowa 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowane jajko 1 szt. (JAJKO) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa luksusowa 30g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowane jajko 1 szt. (JAJKO) - Gotowana cukinia 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Kasza manna na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Szynka drobiowa luksusowa 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowane jajko 1 szt. (JAJKO) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
II ŚNIADANIE	Arbuz 120g	Arbuz 120g	Arbuz 120g	Arbuz 120g Gorzka czekolada 10g (MLEKO)	Sok owocowy 200ml	Arbuz 120g
OBIAD	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Potrawka warzywna z ciecierzycą w sosie curry z ryżem brązowym 350g (ciecierzyca, curry, marchew, papryka, mleko, mąka) (MLEKO, GLUTEN) - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Potrawka drobiowa z warzywami w sosie curry z ryżem 350g m. drobiowe, curry, marchew, papryka, mleko, mąka) (MLEKO, GLUTEN) - Gotowany brokuł 150g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Potrawka drobiowa z warzywami w sosie curry z ryżem 350g m. drobiowe, curry, marchew, papryka, mleko, mąka) (MLEKO, GLUTEN) - Gotowana marchewka 150g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) (SELER, GLUTEN, SOJA, MLEKO) - Potrawka warzywna z ciecierzycą w sosie curry z ryżem brązowym 350g (ciecierzyca, curry, marchew, papryka, mleko, mąka) (MLEKO, GLUTEN) - Surówka z czerwonej kapusty 150g - Kompot b/c 250ml  - Warzywa krojone 120g (marchewka, papryka, ogórek - Hummus 30g	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Potrawka drobiowa z warzywami w sosie curry z ryżem 350g m. drobiowe, curry, marchew, papryka, mleko, mąka) (MLEKO, GLUTEN) - Gotowany brokuł 150g - Kompot 250ml	- Zupa gulaszowa 400g ((m. wieprzowe, wywar warzywny, marchew, pietruszka, seler, ziemniaki, koncentrat, mąka, śmietana, przyprawy (SELER, GLUTEN, MLEKO)) - Potrawka drobiowa z warzywami w sosie curry z ryżem 400g m. drobiowe, curry, marchew, papryka, mleko, mąka) (MLEKO, GLUTEN) - Gotowany brokuł 150g - Kompot 250ml
KOLACJA	- Pieczywo mieszane 90g (m. pszena, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Rzodkiewka 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Łopatka zbojnicka 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany bukiet warzyw (marchew, seler, pietruszka) 120g - Gotowana marchewka 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 10g (MLEKO) - Łopatka zbojnicka 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany bukiet warzyw (marchew, seler, pietruszka) 120g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Sałatka gyros z kurczakiem 120g (jogurt, filet drobiowy, ogórek kiszony, papryka, majonez (MLEKO)) - Rzodkiewka 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Łopatka zbojnicka 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany bukiet warzyw (marchew, seler, pietruszka) 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszena (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Łopatka zbojnicka 80g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowany bukiet warzyw (marchew, seler, pietruszka) 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
POSILEK NOCNY	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	- Serek wiejski 150g (MLEKO)	- Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	- Serek wiejski 150g (MLEKO)
	Kisiel owocowy b/c 200ml ZPO	Kisiel owocowy b/c 200ml ZPO	Kisiel owocowy b/c 200ml ZPO	Kisiel owocowy b/c 200ml ZPO		Kisiel owocowy b/c 200ml ZPO

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2499 kcal; B: 93,51 g; T: 94,78 g, w tym tł. nasycone: 35,04 g; W: 322,61 g, w tym cukry 174,37 g; Błonnik: 23,51 g Zawartość sodu: 1880 mg

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2465 kcal; B: 91,85 g; T: 100,46 g, w tym tł. nasycone: 28,10 g; W: 310,92 g, w tym cukry 169,02 g; Błonnik: 24,18 g, Zawartość sodu: 1940 mg Wymienniki węglowodanowe (WW): 29

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2553 kcal; B: 96,76 g; T: 96,36 g, w tym tł. nasycone: 24,38 g; W: 325,95 g, w tym cukry 179,91 g; Błonnik: 24,01 g Zawartość sodu: 2244 mg

Kaloryczność dla diety papkowej: 2493 kcal; B: 98,55 g; T: 92,62 g, w tym tł. nasycone: 22,38 g; W: 321,30 g, w tym cukry 176,91 g; Błonnik: 23,66 g Zawartość sodu: 1840 mg

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2450 kcal; B: 93,76 g; T: 87,36 g, w tym tł. nasycone: 20,38 g; W: 324,95 g, w tym cukry 179,91 g; Błonnik: 24,01 g Zawartość sodu: 2244 mg

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2673 kcal; B: 103,76 g; T: 99,36 g, w tym tł. nasycone: 27,86 g; W: 327,94 g, w tym cukry 180,15 g; Błonnik: 24,418g Zawartość sodu: 2008 mg

**Jadłospis PIOTRKÓW 19.06.26 r. (piątek)**

	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA</b>	<b>DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA PAPKOWATA</b>	<b>DIETA BOGATOBIAŁKOWA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul> <p><b>ZPO cały oddział wędlna szynka szkolna 60g na śniadanie</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Jabłko 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> </ul> <p>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na wywarze 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> </ul> <p>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane z m. razowej na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Ogórek 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 60gN, <b>SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kluski lane na mleku 300g (<b>MLEKO, GLUTEN</b>)</li> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka szkolna 20gN, <b>SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Twarożek z koperkiem 100g (ser twarogowy, przyprawy, jogurt (<b>MLEKO</b>))</li> <li>- Gotowana pietruszka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>II ŚNIADANIE</b>	Gruszka 120g	Gotowana gruszka 120g	Gotowana gruszka 120g	Gruszka 120g Nasiona słonecznika 10g	Mus owocowy 90g	Gruszka 120g
<b>OBIAD</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny smażony w bulce tartej 120g (f.miruny, jaja, m. pszena, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany w lekkim sosie cytrynowym 160g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany w lekkim sosie cytrynowym 160g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zupa pieczarkowa z makaronem razowym 400g (wywar wieprzowy, pieczarki, makaron, marchew, cebula, brokuły, przyprawy (<b>GLUTEN, MLEKO</b>))</li> <li>- Filet z miruny smażony w bulce tartej 120g (f.miruny, jaja, m. pszena, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot b/c 250ml</p> <p>- Kisiel owocowy b/c 200ml</p> <p>- Wiórki kokosowe 10g</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany w lekkim sosie cytrynowym 160g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Krupnik jęczmienny 400g (wywar drobiowo-wieprzowy, marchew, pietruszka, seler, kasza, mąka pszena, przyprawy (SELER, GLUTEN))pszena, przyprawy (<b>GLUTEN, SELER</b>))</li> <li>- Filet z miruny gotowany w lekkim sosie cytrynowym 200g (f.miruny, przyprawy (<b>RYBA, GLUTEN, JAJA, MLEKO</b>))</li> <li>- Ziemniaki 300g</li> <li>- Marchewka z groszkiem 150g</li> </ul> <p>- Kompot 250ml</p>
<b>KOLACJA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo mieszane 90g (m. <u>pszenna</u>, m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u> (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka z liścia 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Papryka 120g</li> </ul> <p>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka z liścia 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Pomidorki koktajlowe 120g (ODDZIAŁ DZIECIĘCY)</li> </ul> <p>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 10g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka z liścia 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. <u>żytnia</u>, m. <u>graham</u>) (<b>GLUTEN</b>))</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka z liścia 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Papryka 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka b/c</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka z liścia 60g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pieczywo pszenne 90g (m. <u>pszenna</u>) (<b>GLUTEN</b>)</li> <li>- Masło 15g (<b>MLEKO</b>)</li> <li>- Szynka z liścia 80g (<b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER</b>)</li> <li>- Gotowany burak 120g</li> <li>- Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka</li> </ul>
<b>POSIŁEK NOCNY</b>	- Kanapka z serkiem (40g), liściem sałaty, szynką (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (40g) ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )	- Kanapka z serkiem (40g), liściem sałaty, szynką (20g), ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )	- Kanapka z serkiem (40g), liściem sałaty, szynką (20g), ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )	- Kanapka z pieczywa grahamz serkiem (40g), liściem sałaty, szynką (20g), 3 plasterkami rzodkiewki (40g) ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )	- Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>MLEKO</b> )	- Kanapka z serkiem (40g), liściem sałaty, szynką (20g), ( <b>MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2</b> )

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2340 kcal; B: 100,92 g; T: 76,44 g, w tym Tł. nasycone: 27,11 g; W: 332,05 g, w tym cukry 204,01 g; Błonnik: 21,10 g Zawartość sodu: 3228 mg

Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2350 kcal; B: 104,0 g; T: 78,94 g, w tym Tł. nasycone: 28,10 g; W: 293,82 g, w tym cukry 144,54 g; Błonnik: 22,83 g, Zawartość sodu: 3248 mg, Wymienniki węglowodanowe (WW): 27

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2338 kcal; B: 101,75 g; T: 73,05 g, w tym Tł. nasycone: 24,38 g; W: 339,89 g, w tym cukry 208,07 g; Błonnik: 24,7 g Zawartość sodu: 3100 mg

Kaloryczność dla diety papkowej: 2345 kcal; B: 101,75 g; T: 74,05 g, w tym Tł. nasycone: 24,88 g; W: 342,79 g, w tym cukry 206,07 g; Błonnik: 24,9 g Zawartość sodu: 3100 mg

Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2239 kcal; B: 99,55 g; T: 65,94 g, w tym Tł. nasycone: 18,59 g; W: 331,40 g, w tym cukry 201,58 g; Błonnik: 21,79 g Zawartość sodu: 2496 mg

Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2508 kcal; B: 115,08 g; T: 84,17 g, w tym Tł. nasycone: 31,39 g; W: 344,75 g, w tym cukry 211,33 g; Błonnik: 26,16 g Zawartość sodu: 3852 mg

## Jadłospis PIOTRKÓW 20.06.26 r. (sobota)

	DIETA PODSTAWOWA	DIETA ŁATWOSTRAWNA	DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA PAPKOWATA	DIETA BOGATOBIALKOWA
ŚNIADANIE	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo mieszane 90g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, POMIDOR)) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Płatki kukurydziane na mleku 300g (MLEKO) (ODDZIAŁ DZIECIĘCY) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, POMIDOR)) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	-Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 300g (SELER, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 10g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, POMIDOR)) - Gotowany seler 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, POMIDOR)) - Pomidor 120g - Herbata 1 torebka b/c	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Pasztet pieczony 80g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, POMIDOR)) - Gotowany seler 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Płatki orkiszowe na mleku 300g (MLEKO, GLUTEN) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Pasztet pieczony 150g (mięso z kurcząt, wieprzowe, wątróbki drobiowe, bułka tarta, proszek jajowy, błonnik pszenny, mąka pszenna (JAJA, GLUTEN, POMIDOR)) - Pomidor bez skóry 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO) Jogurt owocowy 150g (MLEKO) ZPO	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)	Jogurt owocowy 150g (MLEKO)
OBIAD	- Zupa brukselkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety gotowane w sosie koperkowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy, koper (JAJA,SELER, GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety gotowane w sosie koperkowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy, koper (JAJA,SELER, GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety gotowane w sosie koperkowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy, koper (JAJA,SELER, GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa brukselkowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, brukselka, marchew, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER)) - Pulpety gotowane w sosie koperkowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy, koper (JAJA,SELER, GLUTEN)) - Kasza pęczak 200g - Surówka z kapusty włoskiej 150g - Kompot b/c 250ml  - Budyń śmietankowy 200ml b/c (MLEKO) - Płatki migdałowe 10g	- Zupa grysikowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety gotowane w sosie koperkowym 160g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy, koper (JAJA,SELER, GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml	- Zupa grysikowa z ziemniakami 400g (wywar drobiowy, marchew, kasza manna, ziemniaki, natka pietruszki, przyprawy (SELER, GLUTEN)) - Pulpety gotowane w sosie koperkowym 200g (m. drobiowe, jajo, b. pszenne, mleko, przyprawy, koper (JAJA,SELER, GLUTEN)) - Kasza jagłana 200g - Gotowana cukinia 150g - Kompot 250ml
KOLACJA	- Pieczywo mieszane 90g (m. pszenne, m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Schab kruchy 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 105g - Sałata 15g  - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana marchewka 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 10g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana marchewka 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo żytnie/graham 90g (m. żytnia, m. graham (GLUTEN)) - Masło 16,6g (MLEKO) - Ser żółty 20g (MLEKO) - Schab kruchy 40g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Rzodkiewka 105g - Sałata 15g - Herbata 1 torebka b/c	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 60g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana marchewka 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka	- Pieczywo pszenne 90g (m. pszenne) (GLUTEN)) - Masło 15g (MLEKO) - Schab kruchy 80g (MLEKO, SOJA, GLUTEN, SO2, JAJA, SELER) - Gotowana marchewka 120g - Herbata 1 torebka/Cukier 1 saszetka
POSIŁEK NOCNY	Rogal maślany 80g (GLUTEN)	Rogal maślany 80g (GLUTEN)	Wafle ryżowe wielozłazniaste 30g	Wafle ryżowe wielozłazniaste 30g	Budyń śmietankowy 200ml b/c półpłynny (MLEKO)	Budyń śmietankowy 200ml b/c (MLEKO)

Kaloryczność dla diety ogólnej: 2368 kcal; B: 74,61 g; T: 89,53 g, w tym Tł. nasycone: 26,75 g; W: 323,95 g, w tym cukry 151,66 g; Błonnik: 19,96 g Zawartość sodu: 1864 mg  
 Kaloryczność dla diety z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów: 2312 kcal; B: 78,39 g; T: 91,53 g, w tym Tł. nasycone: 26,89 g; W: 303,35 g, w tym cukry 83,90 g; Błonnik: 20,91 g, Zawartość sodu: 1901 mg, Wymienniki węglowodanowe (WW): 28  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej: 2277 kcal; B: 69,89 g; T: 89,53 g, w tym Tł. nasycone: 26,75 g; W: 321,27 g, w tym cukry 151,66 g; Błonnik: 18,99 g Zawartość sodu: 1888 mg  
 Kaloryczność dla diety papkowej: 2267 kcal; B: 69,89 g; T: 89,58 g, w tym Tł. nasycone: 26,75 g; W: 319,27 g, w tym cukry 151,66 g; Błonnik: 18,79 g Zawartość sodu: 1888 mg  
 Kaloryczność dla diety łatwostrawnej z ograniczeniem tłuszczu: 2143 kcal; B: 69,89 g; T: 71,22 g, w tym Tł. nasycone: 19,2 g; W: 318,24 g, w tym cukry 151,66 g; Błonnik: 19,12 g Zawartość sodu: 1888 mg  
 Kaloryczność dla diety bogatobiałkowej: 2527 kcal; B: 87,54 g; T: 96,68 g, w tym Tł. nasycone: 27,47 g; W: 328,71 g, w tym cukry 152,92 g; Błonnik: 20,45 g Zawartość sodu: 3120 mg