

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB lekkostrawna/niskotłuszczowa

bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Dżem truskawkowy (12) 1szt, Szyńka z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, sałata masłowa 20g, Kasza jęczmienna na mleku (1,7) 250 ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemni(1,7,9)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Pulpet drobiowy (1,3,9) 120g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Mieszanka warzyw gotowanych (brokuł, kalafior, marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 55g, Twarożek z pietruszką (7) 70 g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2096.75 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Węglowodany ogółem: 310.16 g; suma cukrów prostych: 48.36 g; Tłuszcz: 52.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.16 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g; Sól: 3.99 g;

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna dziecięca (małe dzieci)

bułka weka (1) 60g, masło (7) 15g, Dżem truskawkowy (12) 1szt, szynka wieprzowa (1,3,6,7,9,10)30g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemni(1,7,9)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Pulpet drobiowy (1,3,9) 120g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Sałatka z buraczków z jabłkiem i olejem rzep.150 g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Twarożek z pietruszką (7) 50 g, Szyńka z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: mandarynka 1 szt. ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1877.56 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Węglowodany ogółem: 261.31 g; suma cukrów prostych: 48.79 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.11 g; Błonnik pokarmowy: 17.40 g; Sól: 3.69 g;

Jadłospis dla diety: SB niskotłuszczowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Twaróg chudy z pietruszką (7) 70 g, Szyńka z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, sałata masłowa 20g, Kasza jęczmienna na mleku (1,7) 250 ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemni(1,7,9)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Pulpet drobiowy (1,3,9) 120g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Mieszanka warzyw gotowanych (brokuł, kalafior, marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 55g, Serek almette z jogurtem (7) 40g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.25 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; Tłuszcz: 54.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.32 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g; Sól: 4.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Pasta z jaja i wędliny (1,3,6,9,10) 70g, Serek almette (7) 40g, ogórek 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9) 350ml*, Ryż brązowy gotowany 150 g, Gulasz drobiowy z warzywami (1,9,10) 200g*, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g*, surówka z selera (7,9) 100g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, Szynek z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Ser żółty (7) 30g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2354.08 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Węglowodany ogółem: 311.40 g; suma cukrów prostych: 49.50 g; Tłuszcz: 74.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.32 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g; Sól: 4.11 g;

Jadłospis dla diety: SB bogatoresztkowa

chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Pasta z jaja i wędliny (1,3,6,9,10) 70g, Serek almette (7) 40g, ogórek 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,7,9) 350ml*, Ryż brązowy gotowany 150 g, Gulasz drobiowy z warzywami (1,9,10) 200g*, Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g*, surówka z selera (7,9) 100g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, Szynek z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Ser żółty (7) 30g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2388.08 kcal; Białko ogółem: 119.28 g; Węglowodany ogółem: 307.15 g; suma cukrów prostych: 44.94 g; Tłuszcz: 76.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.44 g; Sól: 4.35 g;

Jadłospis dla diety: SB niskobiałkowa

Chleb bezsolny (1) 120 g, masło (7) 15g, Polędwica drobiowa (1,6,9,10) 20g, Kielbasa szynkowa (1,6,9,10) 20g, sałata masłowa 20g, pomidor 40g, Herbata czarna b/c 250ml,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (1,6,7,9) 350ml*, Ryż biały gotowany 200 g, Pulpet drobiowy (1,3) 60g, sos koperkowy (1,7,9) 100ml*, Sałatka z buraczków z jabłkiem i olejem rzepakowym 150 g*, Kompot wieloowocowy	Chleb bezsolny (1) 120 g, margaryna miękka 15g, Miód (12) 25g, Galaretka o sm. truskawkowym z brzoskwinia (9,10) 150 g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.57 kcal; Białko ogółem: 59.77 g; Węglowodany ogółem: 357.00 g; suma cukrów prostych: 49.95 g; Tłuszcz: 47.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.99 g; Błonnik pokarmowy: 17.86 g; Sól: 1.49 g;

Jadłospis dla diety: SB kleikowa

Kleik z kaszy jęczmiennej (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik ryżowy 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik owsiany (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,
II Śniadanie: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Podwieczorek: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Posiłek nocny: Herbata czarna b/c 200ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1657.00 kcal; Białko ogółem: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 343.84 g; suma cukrów prostych: 15.92 g; Tłuszcz: 15.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; Sól: 1.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Sucha Beskidzka

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Jadłospis dla diety: SB Podstawowa		
bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Serek wiejski 120g (7), pomidor 50g, sałata mix 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml,	Zupa pomidor z ryż (1,7,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Bitka drob w sosie (1,9,10) 100/100g, Surówka z kap.pekińskiej z olejem rzep. 100g, Sałatka z buraczków z olejem rzep. 100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, ogórek kiszony 60g, sałata masłowa 30g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2020.45 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Węglowodany ogółem: 263.24 g; suma cukrów prostych: 52.30 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sól: 6.07 g;

Jadłospis dla diety: SB dla kobiet ciężarnych

bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Serek wiejski 120g (7), pomidor 50g, sałata mix 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml,	Zupa pomidor z ryż (1,7,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Bitka drob w sosie (1,9,10) 100/100g, Surówka z kap.pekińskiej z olejem rzep. 100g, Sałatka z buraczków z olejem rzep. 100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, ogórek kiszony 60g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.05 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Węglowodany ogółem: 262.80 g; suma cukrów prostych: 52.15 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Sól: 6.07 g;

Jadłospis dla diety: SB dla dzieci starszych

bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Serek wiejski 120g (7), pomidor 50g, sałata mix 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml,	Zupa pomidor z ryż (1,7,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Bitka drob w sosie (1,9,10) 100/100g, Surówka z kap.pekińskiej z olejem rzep. 100g, Sałatka z buraczków z olejem rzep. 100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, ogórek kiszony 60g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Gruszka 1szt,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.05 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Węglowodany ogółem: 262.80 g; suma cukrów prostych: 52.15 g; Tłuszcz: 63.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g; Sól: 6.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Serek wiejski 120g (7), Szynka delikatesowa z piersi indyka (1,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 200g, Udko duszone (9,10) 150g, Sos pieczeniowy (1) 100ml*, Mieszanka warzyw gotowanych z olejem (brokuł, kalafior, marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna 10g szt', Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, Pasta z jaja i wędliny (1,3,6,9,10) 50g*, Rzodkiew 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: mandarynka 1 szt. - 100 g,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2057.19 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Węglowodany ogółem: 267.47 g; suma cukrów prostych: 52.49 g; Tłuszcz: 65.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; Sól: 4.83 g;

Jadłospis dla diety: SB bogatobiałkowa

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Serek wiejski 120g (7), szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 200g, Udko z kurczaka gotowane (9,10) 130g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Mieszanka warzyw gotowanych z olejem(brokuł, kalafior, marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, Pasta z jaja i wędliny (1,3,6,9,10) 50g*, Rzodkiew 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1 szt.,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2207.37 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Węglowodany ogółem: 273.45 g; suma cukrów prostych: 54.51 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; Sól: 5.20 g;

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem wydzielenia soków żołądkowych

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Galaretka z kurczaka (9) 100g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 30g, sałata masłowa 20g, kasza kukur.na mleku (7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa grysikowa (1,6,9) 300ml+, ziemniaki gotowane 150g, Udko z kurczaka gotowane (9,10) 100g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Mieszanka warzyw gotowanych z olejem(brokuł, kalafior, marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Szynka drobiowa (1,6,7,9,10) 40g, Jajko (3) 50g-1szt., sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Kisiel o sm. pomarańcz (9,10) 150g,		Posiłek nocny: jogurt owocowy (7) 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.31 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Węglowodany ogółem: 293.98 g; suma cukrów prostych: 51.78 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.81 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g; Sól: 3.73 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna matki karmiącej

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Serek wiejski 120g (7), szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Udko gotowane (9,10) 150g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Mieszanka warzyw gotowanych z olejem(brokuł,kalafior,marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Szynka drobiowaa (1,6,7,9,10) 40g, Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, ogórek 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2124.06 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Węglowodany ogółem: 267.41 g; suma cukrów prostych: 55.53 g; Tłuszcz: 69.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.72 g; Błonnik pokarmowy: 19.61 g; Sól: 5.55 g;

Jadłospis dla diety: SB lekkostrawna/niskołuszczowa

bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Serek wiejski 120g (7), szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 200ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Udko gotowane (9,10) 150g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Marchewka gotowana z olej.rzep. 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Pasta z białka (3) 70 g, Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2056.58 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Węglowodany ogółem: 268.21 g; suma cukrów prostych: 50.44 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.07 g; Sól: 5.68 g;

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna dziecięca (małe dzieci)

bułka weka (1) 60g, masło (7) 15g, Twarożek (7) 70g*, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Udko gotowane (9,10) 150g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Surówka z kap.pekińskiej 100g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Szynka z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Parówka drobiowa (1,6,9,10) 1 szt., ogórek 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1791.22 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Węglowodany ogółem: 207.81 g; suma cukrów prostych: 47.39 g; Tłuszcz: 68.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.23 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g; Sól: 3.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB niskotłuszczowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Szyńka z kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Serek wiejski 120g (7), sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Udko z kurczaka gotowane (9,10) 100g, Sos jarzynowy (1,9)100ml, Marchewka gotowana z olejem rzep.150g**, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, Twarożek (7) 70g*, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1 szt.,		Posiłek nocny: bułka weka (1) 60g, margaryna miękka 5g , Szyńka delikatesowa z piersi indyka (6,7,9,10) 20g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.02 kcal; Białko ogółem: 116.50 g; Węglowodany ogółem: 290.69 g; suma cukrów prostych: 48.26 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g; Sól: 4.83 g;

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Szyńka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Serek wiejski 120g (7), pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Udko duszone (9,10) 130g, Surówka z kap.pekińskiej z olejem rzep. 100g, Surówka z marchwi i jabłka 100g**, Kompot wieloowocowy	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, szynka Dionizego (1,6,7,9,10) 40g, Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, ogórek kiszony 50g, Herbata czarna b/c 250ml, sałata masłowa 10g,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.41 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Węglowodany ogółem: 261.53 g; suma cukrów prostych: 52.62 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Sól: 5.95 g;

Jadłospis dla diety: SB bogatoresztkowa		
chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Szyńka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Serek wiejski 120g (7), pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa koperkowa z ryż (1,7,9,10) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Udko duszone (9,10) 130g, Surówka z kap.pekińskiej z olejem rzep. 100g, Surówka z marchwi i jabłka 100g**, Kompot wieloowocowy	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, szynka Dionizego (1,6,7,9,10) 40g, Parówka drobiowa (1,6,9,10) 70 g, ogórek kiszony 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.41 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Węglowodany ogółem: 261.53 g; suma cukrów prostych: 52.62 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g; Sól: 5.95 g;

Jadłospis dla diety: SB niskobiałkowa		
Chleb bezsolny (1) 120 g, masło (7) 15g, Dżem truskawkowy (12) 2szt., Pomidor 100g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,	Zupa grysikowa (1,9) 350ml*, ziemniaki gotowane 150g, Filet z kurczaka gotowany 70g*, Mieszanka warzyw gotowanych z olejem (brokuł,kalafor,marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	Chleb bezsolny (1) 120 g, margaryna miękka 15g, Miód (12) 25g, Twarożek (7) 50g*, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: sok Kubuś 200 ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2016.61 kcal; Białko ogółem: 57.25 g; Węglowodany ogółem: 320.31 g; suma cukrów prostych: 52.97 g; Tłuszcz: 52.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.52 g; Sól: 0.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB kleikowa

Kleik z kaszy jęczmiennej (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik ryżowy 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik owsiany (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,
II Śniadanie: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Podwieczorek: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Posiłek nocny: Herbata czarna b/c 200ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1657.00 kcal; Białko ogółem: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 343.84 g; suma cukrów prostych: 15.92 g; Tłuszcz: 15.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; Sól: 1.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Sucha Beskidzka

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Jadłospis dla diety: SB Podstawowa		
bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Kielbasa szynkowa (1,6,9,10) 40g*, Paprykarz rybny (4,9) 50g*, Papryka 60g', sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino (1,9,10)400ml*, Kartacze z mięsem (1,3) 250 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g*, Surówka z marchwi i jabłka 100g**, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Pasztet drobiowy (1,3,9,10) 50 g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.54 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; suma cukrów prostych: 52.75 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 6.02 g;

Jadłospis dla diety: SB dla kobiet ciężarnych

bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Kielbasa szynkowa (1,6,9,10) 40g*, Paprykarz rybny (4,9) 50g*, Papryka 60g', sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino (1,9,10)400ml*, Kartacze z mięsem (1,3) 250 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g*, Surówka z marchwi i jabłka 100g**, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Pasztet drobiowy (1,3,9,10) 50 g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.54 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Węglowodany ogółem: 302.68 g; suma cukrów prostych: 52.75 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sól: 6.02 g;

Jadłospis dla diety: SB dla dzieci starszych

bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Kielbasa szynkowa (1,6,9,10) 40g*, Jajko (3) 50g-1szt., Papryka 60g', sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino (1,9,10)400ml*, Kartacze z mięsem (1,3) 250 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g*, Surówka z marchwi i jabłka 100g**, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Pasztet drobiowy (1,3,9,10) 50 g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.00 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Węglowodany ogółem: 285.79 g; suma cukrów prostych: 51.57 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g; Sól: 6.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Jajko (3) 50g-1szt., pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa barszcz czer z ziem(1,7,9,10)350ml, Naleśniki z serem (1,3,7) 250g (2 szt.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzep.150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna 10g szt', Sałatka jarzynowa (3,9,10) 150g*, Szynka delikatesowa z piersi indyka (1,6,7,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: mandarynka 1 szt. - 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2386.17 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; suma cukrów prostych: 58.75 g; Tłuszcz: 75.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.35 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g; Sól: 4.67 g;

Jadłospis dla diety: SB bogatobiałkowa

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Twarożek z koperkiem (7) 70g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Kasza kukurydziana na ml.(7) 250 g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z k.manną (1,7,9) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Filet drobiowy gotowany w jarzynach (9,10) 100 g, Mieszanka warzyw gotowanych (brokuł,kalafior,marchew) 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Sałatka jarzynowa (3,9,10) 150g*, Jajko (3) 50g-1szt., sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: sok Kubuś 200 ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2258.55 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; Węglowodany ogółem: 312.32 g; suma cukrów prostych: 56.06 g; Tłuszcz: 64.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g; Sól: 4.28 g;

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem wydzielania soków żołądkowych

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Twarożek z pietruszką (7) 70 g, sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa ryżowa z włoszczyzną (9,10) 400ml*, ziemniaki gotowane 150g, Filet drobiowy gotowany w jarzynach (9,10) 100 g, Buraczki tarte z olejem 150g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Pasta z jaj (3) 100 g, Szynka drobiowa (1,6,7,9,10) 40g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: biszkopty b/c (1,3) 30 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.27 kcal; Białko ogółem: 117.94 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; suma cukrów prostych: 47.82 g; Tłuszcz: 62.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; Sól: 4.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna matki karmiącej

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Twarożek z koperkiem (7) 70g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Kasza kuk. na mleku 250ml (7), kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa barszcz czer z ziem(1,7,9,10)350ml, Naleśniki z serem (1,3,7) 250g (2 szt.), Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzep.150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Sałatka jarzynowa (3,9,10) 150g*, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: mandarynka 1 szt. - 100 g,		Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny (7) 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2403.63 kcal; Białko ogółem: 118.97 g; Węglowodany ogółem: 326.44 g; suma cukrów prostych: 57.25 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g; Sól: 4.61 g;

Jadłospis dla diety: SB lekkostrawna/nisko tłuszczowa

bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Twarożek z pietruszką (7) 70 g, sałata masłowa 20g, kasza kukur.na mleku (7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z k.manną (1,7,9) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Filet drobiowy gotowany w jarzynach (9,10) 100 g, Buraczki tarte 150g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, Serek homogenizowany naturalny (7) 150g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2019.51 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Węglowodany ogółem: 281.32 g; suma cukrów prostych: 53.62 g; Tłuszcz: 53.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; Sól: 5.43 g;

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna dziecięca (małe dzieci)

bułka weka (1) 60g, masło (7) 15g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, Jajko (3) 50g-1szt., pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa barszcz czer z ziem(1,7,9,10)350ml, Naleśniki z serem (1,3,7) 200g, Surówka z marchwi i jabłka z olejem rzep.150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, margaryna miękka 15g, Sałatka jarzynowa (3,9,10) 100g*, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: galaretką o sm. trusk (9,10) 150g,		Posiłek nocny: sok wieloowocowy 200 ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1585.03 kcal; Białko ogółem: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 200.21 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.68 g; Błonnik pokarmowy: 16.40 g; Sól: 3.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB niskotłuszczowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 40g, Pasta z białka i sera (3,7) 70 g, sałata masłowa 20g, Kasza kuk. na mleku 250ml (7), kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z k.manną (1,7,9) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Filet drobiowy w jarzynach (9,10) 100 g, Buraczki tarte 150g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, Galaretka z kurczaka (9) 100g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: bułka weka (1) 60g, margaryna miękka 5g , Szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 20g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.03 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Węglowodany ogółem: 313.11 g; suma cukrów prostych: 48.30 g; Tłuszcz: 49.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; Sól: 4.82 g;

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Kielbasa szynkowa (1,6,9,10) 40g*, Jajko (3) 50g-1szt., Rzodkiew 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z k.manną (1,7,9) 350ml, kasza gryczana 150g, Filet drobiowy na parze w jarzynach (9,10) 150 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g*, brokuł gotowany 50g, Kompot	chleb graham (1) 120g, margaryna 10g szt', Ser żółty (7) 30g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Papryka 50g', sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Grejprut 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.74 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Węglowodany ogółem: 290.64 g; suma cukrów prostych: 41.27 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.59 g; Sól: 4.58 g;

Jadłospis dla diety: SB bogatoresztkowa		
chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Kielbasa szynkowa (1,6,9,10) 40g*, Jajko (3) 50g-1szt., Rzodkiew 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa jarzynowa z k.manną (1,7,9) 350ml, kasza gryczana 150g, Filet drobiowy na parze w jarzynach (9,10) 150 g, Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 100g*, brokuł gotowany 50g, Kompot	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, Ser żółty (7) 30g, Szynka gotowana (1,6,7,9,10) 40g, Papryka 50g', sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: mandarynka 1 szt. - 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.79 kcal; Białko ogółem: 115.11 g; Węglowodany ogółem: 292.52 g; suma cukrów prostych: 43.08 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.70 g; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; Sól: 4.60 g;

Jadłospis dla diety: SB niskobiałkowa		
Chleb bezsolny (1) 120 g, masło (7) 15g, Szynka z piersi kurczaka premium (1,3,7,8,9,10,12) 20g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 20g, pomidor 60g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,	Zupa barszcz czer z ziem(1,7,9,10)350ml, Naleśniki z dżemem (1,3,7) 2szt, Kompot wieloowocowy 250ml ,	Chleb bezsolny (1) 120 g, margaryna miękka 15g, Sałatka ryżowa z brokułem i olejem 200g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2141.78 kcal; Białko ogółem: 58.91 g; Węglowodany ogółem: 342.99 g; suma cukrów prostych: 53.66 g; Tłuszcz: 54.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; Sól: 0.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB kleikowa

Kleik z kaszy jęczmiennej (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik ryżowy 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik owsiany (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,
II Śniadanie: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Podwieczorek: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Posiłek nocny: Herbata czarna b/c 200ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1657.00 kcal; Białko ogółem: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 343.84 g; suma cukrów prostych: 15.92 g; Tłuszcz: 15.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; Sól: 1.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Sucha Beskidzka

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
Jadłospis dla diety: SB Podstawowa		
bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka wiejska(1,3,6,7,9,10)40g, pomidor 50g, sałata mix 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa rosół z makar (1,6,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Udziec z kurczaka 100g, Marchewka gotowana 100g, Fasolka szparagowa gotowana 100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Jajko (3) 50g-1szt., Ser żółty (7) 30g, ogórek 50g, Papryka 50g', Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.14 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Węglowodany ogółem: 269.33 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Sól: 4.45 g;

Jadłospis dla diety: SB dla kobiet ciężarnych		
bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka wiejska(1,3,6,7,9,10)40g, pomidor 50g, sałata mix 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa rosół z makar (1,6,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Udziec z kurczaka 100g, Marchewka gotowana 100g, Fasolka szparagowa gotowana 100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Jajko (3) 50g-1szt., Ser żółty (7) 30g, ogórek 50g, Papryka 50g', Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.14 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Węglowodany ogółem: 269.33 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Sól: 4.45 g;

Jadłospis dla diety: SB dla dzieci starszych		
bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, masło (7) 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka wiejska(1,3,6,7,9,10)40g, pomidor 50g, Sałata rozszponka 20 g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa rosół z makar (1,6,9,10) 350ml, ziemniaki gotowane 150g, Udziec z kurczaka 100g, Marchewka gotowana 100g, Fasolka szparagowa gotowana 100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, chleb graham (1) 40g, margaryna 10g szt', Jajko (3) 50g-1szt., Ser żółty (7) 30g, ogórek 50g, Papryka 50g', Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.14 kcal; Białko ogółem: 106.43 g; Węglowodany ogółem: 269.33 g; suma cukrów prostych: 51.67 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Sól: 4.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Ser żółty (7) 30g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Potrawka drobiowa (1,9) 150g*, Sałatka z buraczków z jabłkiem 150 g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna 10g szt', Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.07 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Węglowodany ogółem: 281.42 g; suma cukrów prostych: 48.90 g; Tłuszcz: 63.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sól: 4.85 g;

Jadłospis dla diety: SB bogatobiałkowa

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Serek homogenizowany naturalny (7) 120g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Potrawka drobiowa (1,9) 150g*, Sałatka z buraczków z jabłkiem 150 g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Pasta z sera, jaja (3,7) 70 g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Kisiel owocowy 150g,		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2145.97 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Węglowodany ogółem: 283.69 g; suma cukrów prostych: 49.17 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.41 g; Sól: 4.83 g;

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem wydzielania soków żołądkowych

bułka weka (1) 100g, masło (7) 10g, Serek homogenizowany naturalny (7) 120g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa grysikowa z włoszczyzną (1,9) 400ml*, ziemniaki gotowane 150g, Kurczak gotowany w jarzynach (9) 120 g, Marchewka gotowana z olejem rzep.150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Twarożek z koperkiem (7) 70g, Szynka z piersi kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: wafel ryżowy (11) 20 g, margaryna 10g szt',		Posiłek nocny: Mus jabłkowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2108.38 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Węglowodany ogółem: 286.73 g; suma cukrów prostych: 39.88 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g; Sól: 3.50 g;

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna matki karmiącej

bułka weka (1) 100g, masło (7) 15g, Ser żółty (7) 30g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Potrawka drobiowa (1,9) 200g*, Sałatka z buraczków z jabłkiem 150 g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, ogórek 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jabłko 150 g, Drożdżówka (1,3,7) 1szt,		Posiłek nocny: sok Kubuś 200 ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.23 kcal; Białko ogółem: 112.89 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; suma cukrów prostych: 59.51 g; Tłuszcz: 76.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.25 g; Sól: 5.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB lekkostrawna/nisko tłuszczowa

bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, dżem brzoskwinowy 25g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Potrawka drobiowa (1,9) 200g*, Sałatka z buraczków gotowanych 150 g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Ser biały chudy (7) 70g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Mus jabłkowy 100g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2026.14 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; suma cukrów prostych: 50.43 g; Tłuszcz: 57.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; Sól: 5.02 g;

Jadłospis dla diety: SB łatwostrawna dziecięca (małe dzieci)

bułka weka (1) 60g, masło (7) 10g, Ser żółty (7) 20g*, szynka wiejska(1,3,6,7,9,10)40g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, kasza manna na mleku (1,7) 250ml, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Potrawka drobiowa (1,9) 150g*, Surówka z kapusty białej z olejem rzep.100g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 60g, margaryna miękka 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 30g, Rzodkiew 50g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Banan 100 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1820.98 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Węglowodany ogółem: 251.73 g; suma cukrów prostych: 40.29 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.27 g; Sól: 4.25 g;

Jadłospis dla diety: SB nisko tłuszczowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Serek wiejski 120g (7), Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż biały gotowany 150g, Potrawka drobiowa (1,9) 200g*, Sałatka z buraczków gotowanych 150 g*, Kompot wieloowocowy 250ml ,	bułka weka (1) 100g, margaryna miękka 15g, Szynka z piersi kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 40g, szynka gotowana (1,3,6,7,9,10) 30g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1 szt.,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2018.28 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Węglowodany ogółem: 281.93 g; suma cukrów prostych: 40.84 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.27 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g; Sól: 4.80 g;

Jadłospis dla diety: SB z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka wiejska(1,3,6,7,9,10)40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż brązowy gotowany 150 g, Potrawka drobiowa (1,9) 150g*, Sałatka z buraczków z jabłkiem 150 g*, Kalafior gotowany 50g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, Jajko (3) 50g-1szt., ogórek 30g, Papryka 20g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.12 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Węglowodany ogółem: 311.11 g; suma cukrów prostych: 53.54 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.17 g; Sól: 4.70 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospis dla diety: SB bogatoresztkowa

chleb graham (1) 120g, masło (7) 15g, Pasta twarogowa z rybą (4,7) 70g, szynka wiejska(1,3,6,7,9,10)40g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, kawa zbożowa na mleku b/c (1,6,7,9,10) 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Ryż brązowy gotowany 150 g, Potrawka drobiowa (1,9) 150g*, Sałatka z buraczków z jabłkiem 150 g*, Kalafior gotowany 50g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	chleb graham (1) 120g, margaryna miękka 15g, Polędwica z indyka (1,6,9,10) 40g, Jajko (3) 50g-1szt., ogórek 30g, Papryka 20g', Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: jogurt naturalny (7) 150 g,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (7) 150 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2271.12 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Węglowodany ogółem: 309.21 g; suma cukrów prostych: 49.04 g; Tłuszcz: 62.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g; Sól: 4.94 g;

Jadłospis dla diety: SB niskobiałkowa

Chleb bezsolny (1) 120 g, masło (7) 15g, Twarożek z rzodkiewką (7) 70 g, Szynka z piersi kurczaka (1,3,7,8,9,10,12) 20g, pomidor 50g, sałata masłowa 20g, Herbata czarna b/c 250ml,	Zupa solferino(1,7,9,10)350ml*, Knedle z jabłkami (1,3) 200 g, brokuł gotowany 150g, Kompot wieloowocowy 250ml ,	Chleb bezsolny (1) 120 g, margaryna miękka 15g, Sałatka warzywna (9,10) 150g*, Szynka drobiowa (1,6,9,10) 30g, sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1 szt.,		Posiłek nocny: Mus owocowy 100 g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2216.34 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; suma cukrów prostych: 52.59 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Sól: 1.12 g;

Jadłospis dla diety: SB kleikowa

Kleik z kaszy jęczmiennej (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik ryżowy 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Kleik owsiany (1) 400 ml, Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,
II Śniadanie: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Podwieczorek: Suchary (1,3,6,7) 20g, Herbata czarna b/c 200ml,	Posiłek nocny: Herbata czarna b/c 200ml,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1657.00 kcal; Białko ogółem: 42.60 g; Węglowodany ogółem: 343.84 g; suma cukrów prostych: 15.92 g; Tłuszcz: 15.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 2.64 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g; Sól: 1.05 g;

Oznaczenia alergenów:

- 1 - Zboża zawierające gluten ,
- 2 - Skorupiaki i pochodne,
- 3 - Jaja i pochodne,
- 4 - Ryby i pochodne,
- 5 - Orzeszki ziemne i pochodne,
- 6 - Soja i pochodne,
- 7 - Mleko i pochodne,
- 8 - Orzechy,
- 9 - Seler i pochodne,
- 10 - Gorczyca i pochodne,
- 11 - Nasiona sezamu i pochodne,
- 12 - Dwutlenek siarki, siarczyny,
- 13 - Ĺubin i pochodne,
- 14 - Mięczaki i pochodne,