

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 300g(1,8), bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3188.93 kcal; Białko ogółem: 133.40 g; Tłuszcz: 83.12 g; Węglowodany ogółem: 491.12 g; Sól: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 134.33 g; Błonnik pokarmowy: 49.62 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Mix sałat 10g, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2588.03 kcal; Białko ogółem: 123.01 g; Tłuszcz: 59.30 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; suma cukrów prostych: 129.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt (2), Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2588.03 kcal; Białko ogółem: 123.01 g; Tłuszcz: 59.30 g; Węglowodany ogółem: 393.14 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.90 g; suma cukrów prostych: 129.69 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, pomarańcza 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330ml*, Mus antybaton 1 szt.		
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2347.88 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 55.85 g; Węglowodany ogółem: 360.40 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.75 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bulka wrocławska 100g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2283.98 kcal; Białko ogółem: 124.77 g; Tłuszcz: 87.97 g; Węglowodany ogółem: 257.14 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; suma cukrów prostych: 101.40 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

<b>poniedziałek 2025-03-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1989.98 kcal; Białko ogółem: 116.77 g; Tłuszcz: 83.57 g; Węglowodany ogółem: 200.54 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.45 g; suma cukrów prostych: 99.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.89 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-03-17      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 300g(1,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 250ml*,
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330ml*, Mus antybaton 1 szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3386.93 kcal; Białko ogółem: 137.50 g; Tłuszcz: 89.02 g; Węglowodany ogółem: 521.92 g; Sól: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.23 g; suma cukrów prostych: 158.23 g; Błonnik pokarmowy: 50.62 g;

poniedziałek 2025-03-17      Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330ml*, Mus ryżowy 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2775.03 kcal; Białko ogółem: 125.71 g; Tłuszcz: 62.10 g; Węglowodany ogółem: 429.94 g; Sól: 8.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.20 g; suma cukrów prostych: 160.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

poniedziałek 2025-03-17      Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), bukiet warzyw królewski 120g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 150g, Mix sałat 10g, herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330ml*, Mus antybaton 1 szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2347.88 kcal; Białko ogółem: 115.10 g; Tłuszcz: 55.85 g; Węglowodany ogółem: 360.40 g; Sól: 7.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.75 g; suma cukrów prostych: 75.84 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlec z karczku po parysku 100g* (1,3,13), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2486.74 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 81.88 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; Sól: 6.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.33 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.77 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 50.84 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2296.77 kcal; Białko ogółem: 118.12 g; Tłuszcz: 50.84 g; Węglowodany ogółem: 345.06 g; Sól: 6.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.75 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, ogórek zielony 50g.
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,	<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt.,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2680.82 kcal; Białko ogółem: 137.35 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 376.80 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 80.38 g; Błonnik pokarmowy: 37.39 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g.	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2101.06 kcal; Białko ogółem: 113.17 g; Tłuszcz: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 243.38 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 100g.	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, bukiet warzyw dieta 120g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1941.06 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 215.78 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 108.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.93 g;

<b>wtorek 2025-03-18</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlec z karczku po parysku 100g* (1,3,13), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt.,	<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt.,	

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3097.34 kcal; Białko ogółem: 133.98 g; Tłuszcz: 98.66 g; Węglowodany ogółem: 418.41 g; Sól: 8.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.48 g; suma cukrów prostych: 109.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;

wtorek 2025-03-18 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Ryż na mleku 350 ml*(2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2576.77 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 64.84 g; Węglowodany ogółem: 368.11 g; Sól: 7.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; suma cukrów prostych: 109.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

wtorek 2025-03-18 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</span>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2680.82 kcal; Białko ogółem: 137.35 g; Tłuszcz: 74.93 g; Węglowodany ogółem: 376.80 g; Sól: 7.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.27 g; suma cukrów prostych: 80.38 g; Błonnik pokarmowy: 37.39 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, mandarynki 150g, Sos boloński 120g+ser 20g (1,2), Makaron 200 g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3166.15 kcal; Białko ogółem: 130.10 g; Tłuszcz: 100.04 g; Węglowodany ogółem: 430.69 g; Sól: 10.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.43 g; suma cukrów prostych: 107.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, mandarynki 150g, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2542.25 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 387.64 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; suma cukrów prostych: 112.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b></span>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, mandarynki 150g, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2542.25 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 60.39 g; Węglowodany ogółem: 387.64 g; Sól: 7.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.57 g; suma cukrów prostych: 112.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, mandarynki 150g, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13),	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , Połędwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Napój roślinny 330ml*, papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2707.47 kcal; Białko ogółem: 121.89 g; Tłuszcz: 78.31 g; Węglowodany ogółem: 380.06 g; Sól: 8.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.92 g; suma cukrów prostych: 80.61 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b></span>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2056.65 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 214.51 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 94.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b></span>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2056.65 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 214.51 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 94.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.77 g;

<b>środa 2025-03-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b></span>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z kap. pekińskiej 120g, mandarynki 150g, Sos boloński 120g+ser 20g (1,2), Makaron 200 g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g,



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Kalafirowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 90g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	Pasta z fasoli 60g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus antybaton 1 szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2720.08 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 65.04 g; Węglowodany ogółem: 424.85 g; Sól: 7.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 73.30 g; suma cukrów prostych: 97.87 g; Błonnik pokarmowy: 40.18 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2484.21 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 359.68 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.12 g; suma cukrów prostych: 102.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2484.21 kcal; Białko ogółem: 112.82 g; Tłuszcz: 68.31 g; Węglowodany ogółem: 359.68 g; Sól: 7.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 77.12 g; suma cukrów prostych: 102.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Mix sałat 10g,	Kalafirowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, schab gotowany 90g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Pasta z fasoli 60g, Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,		
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus antybaton 1 szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2592.90 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 65.31 g; Węglowodany ogółem: 411.10 g; Sól: 6.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 72.17 g; suma cukrów prostych: 91.24 g; Błonnik pokarmowy: 46.90 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2244.82 kcal; Białko ogółem: 119.08 g; Tłuszcz: 82.69 g; Węglowodany ogółem: 267.96 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.03 g; suma cukrów prostych: 96.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2159.62 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 88.14 g; Węglowodany ogółem: 240.43 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.18 g; suma cukrów prostych: 95.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

<b>czwartek 2025-03-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Kalafirowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 90g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	Pasta z fasoli 60g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*.	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2574.75 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 86.09 g; Węglowodany ogółem: 343.47 g; Sól: 8.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.19 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto jarskie dieta 300g(1,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2188.37 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 321.39 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.25 g; suma cukrów prostych: 111.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto jarskie dieta 300g(1,13),	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2188.37 kcal; Białko ogółem: 85.98 g; Tłuszcz: 61.41 g; Węglowodany ogółem: 321.39 g; Sól: 6.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.25 g; suma cukrów prostych: 111.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2366.42 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 79.08 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 66.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.70 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, sucharki 30g*(1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g.	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330ml*.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2189.21 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 261.53 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.61 g; suma cukrów prostych: 129.00 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g.	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, Napój roślinny 330ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2).
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2144.01 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 86.60 g; Węglowodany ogółem: 240.90 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 128.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto dieta 300g* (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, kiwi 1szt.	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*.

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2702.55 kcal; Białko ogółem: 117.16 g; Tłuszcz: 88.45 g; Węglowodany ogółem: 350.94 g; Sól: 8.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.28 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Twarożek z koperkiem 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto dieta 300g* (1,13).	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Połędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2351.47 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 64.17 g; Węglowodany ogółem: 335.84 g; Sól: 6.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g; suma cukrów prostych: 124.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

<b>sobota 2025-03-22      Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</b>		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połędwica sopočka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2366.42 kcal; Białko ogółem: 106.49 g; Tłuszcz: 79.08 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; suma cukrów prostych: 66.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.70 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2931.25 kcal; Białko ogółem: 148.30 g; Tłuszcz: 104.30 g; Węglowodany ogółem: 353.74 g; Sól: 10.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.89 g; suma cukrów prostych: 85.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Serek almette 2szt. 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2739.07 kcal; Białko ogółem: 131.36 g; Tłuszcz: 105.05 g; Węglowodany ogółem: 318.42 g; Sól: 8.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 87.29 g; suma cukrów prostych: 86.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2479.87 kcal; Białko ogółem: 118.24 g; Tłuszcz: 82.09 g; Węglowodany ogółem: 318.34 g; Sól: 7.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 78.85 g; suma cukrów prostych: 86.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,	chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt. , Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt. ,		
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2950.65 kcal; Białko ogółem: 153.48 g; Tłuszcz: 116.49 g; Węglowodany ogółem: 332.03 g; Sól: 9.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.86 g; suma cukrów prostych: 66.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.16 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),	Herbata 250g, Grysiówka 350ml*(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2069.20 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 87.93 g; Węglowodany ogółem: 213.60 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.60 g; suma cukrów prostych: 93.16 g; Błonnik pokarmowy: 16.04 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2069.60 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 100.39 g; Węglowodany ogółem: 190.34 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.51 g; suma cukrów prostych: 72.08 g; Błonnik pokarmowy: 18.40 g;

<b>niedziela 2025-03-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3211.25 kcal; Białko ogółem: 157.80 g; Tłuszcz: 118.30 g; Węglowodany ogółem: 376.79 g; Sól: 10.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.98 g; suma cukrów prostych: 94.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g;

<b>niedziela 2025-03-23      Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Serek almette 2szt. 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3019.07 kcal; Białko ogółem: 140.86 g; Tłuszcz: 119.05 g; Węglowodany ogółem: 341.47 g; Sól: 9.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 95.37 g; suma cukrów prostych: 95.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

<b>niedziela 2025-03-23      Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</b>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g,	Grejfrut 1/2 szt , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2950.65 kcal; Białko ogółem: 153.48 g; Tłuszcz: 116.49 g; Węglowodany ogółem: 332.03 g; Sól: 9.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.86 g; suma cukrów prostych: 66.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.16 g;

**Dietetyk**

.....