

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt , ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.27 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 73.41 g; Węglowodany ogółem: 414.03 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.56 g; suma cukrów prostych: 109.02 g; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 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, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.84 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 51.27 g; Węglowodany ogółem: 376.30 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.08 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.84 kcal; Białko ogółem: 117.38 g; Tłuszcz: 51.27 g; Węglowodany ogółem: 376.30 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.08 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.54 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 60.65 g; Węglowodany ogółem: 310.27 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.88 g; suma cukrów prostych: 86.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.07 kcal; Białko ogółem: 113.38 g; Tłuszcz: 84.79 g; Węglowodany ogółem: 245.53 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 105.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2035.07 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 81.99 g; Węglowodany ogółem: 217.93 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 104.38 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, ser topiony 2 szt. 34g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3045.27 kcal; Białko ogółem: 121.76 g; Tłuszcz: 78.81 g; Węglowodany ogółem: 446.83 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.45 g; suma cukrów prostych: 134.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
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, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2683.84 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 413.10 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.38 g; suma cukrów prostych: 142.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;

poniedziałek 2025-05-05 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g, papryka św. 50g.
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.54 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 312.27 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.57 g; suma cukrów prostych: 87.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250g*, mandarynka 2 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11), Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3170.38 kcal; Białko ogółem: 119.20 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 480.28 g; Sól: 4.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 117.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (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 farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, mandarynka 2 szt., Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2764.88 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 414.76 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.23 g; suma cukrów prostych: 123.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (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 farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), mandarynka 2 szt., Kompot z owoców mroz. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2764.88 kcal; Białko ogółem: 103.89 g; Tłuszcz: 68.54 g; Węglowodany ogółem: 414.76 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.23 g; suma cukrów prostych: 123.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, mandarynka 2 szt., kaszotto dieta 300g* (1,13),	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Ogórek konserwowy 50g* (11).
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.51 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 277.43 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 74.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.65 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Pakowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250g*, ziemniaki 250g, Salata zielona z sosem winegret 80g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, bukiet warzyw królewski 120g.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2393.53 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 93.08 g; Węglowodany ogółem: 256.70 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.12 g; suma cukrów prostych: 108.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250g*.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g.
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2202.98 kcal; Białko ogółem: 100.06 g; Tłuszcz: 95.03 g; Węglowodany ogółem: 215.65 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.57 g; suma cukrów prostych: 101.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Sałata zielona z sosem winegret 80g, mandarynka 2 szt., Kompot z owoców mroż. 250g*	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połówka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ogórek konserwowy 50g* (11), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3325.38 kcal; Białko ogółem: 126.30 g; Tłuszcz: 84.58 g; Węglowodany ogółem: 498.48 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.73 g; suma cukrów prostych: 132.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
kasza manna na mleku 350g (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 farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Sałata zielona z sosem winegret 80g, mandarynka 2 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połówka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2908.88 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 438.96 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.42 g; suma cukrów prostych: 145.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

środa 2025-05-07 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kaszotto dieta 300g* (1,13),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), połówka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Ogórek konserwowy 50g* (11),
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2251.01 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 74.46 g; Węglowodany ogółem: 280.79 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 77.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Serek almette 2szt. 60g, szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi 1szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.70 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 79.11 g; Węglowodany ogółem: 379.26 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g; suma cukrów prostych: 91.00 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, 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 sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt..

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.30 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 64.39 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 95.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, 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 sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt..

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.30 kcal; Białko ogółem: 114.28 g; Tłuszcz: 64.39 g; Węglowodany ogółem: 349.63 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.07 g; suma cukrów prostych: 95.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Serek almette 2szt. 60g, szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., Sos koperkowy 100g (1,2).	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, Napój roślinny 330g*.	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.95 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 67.98 g; Węglowodany ogółem: 308.60 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.37 g; suma cukrów prostych: 87.51 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3).	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, ziemniaki 250g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.08 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 80.80 g; Węglowodany ogółem: 235.37 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3).	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 150g m (2).	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), jogurt owocowy 150g 1szt. (2), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2049.68 kcal; Białko ogółem: 108.25 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 227.61 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 92.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;

czwartek 2025-05-08 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Serek almette 2szt. 60g, szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, kiwi 1szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z kap. pekińskiej 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), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix салат 10g,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3073.25 kcal; Białko ogółem: 121.72 g; Tłuszcz: 80.87 g; Węglowodany ogółem: 481.70 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.01 g; suma cukrów prostych: 167.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2637.03 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 57.83 g; Węglowodany ogółem: 432.34 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.28 g; suma cukrów prostych: 165.10 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), salátka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Banan 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2637.03 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 57.83 g; Węglowodany ogółem: 432.34 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.28 g; suma cukrów prostych: 165.10 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka św. 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,	Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.39 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 61.17 g; Węglowodany ogółem: 310.51 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.57 g; suma cukrów prostych: 79.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.85 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 88.39 g; Węglowodany ogółem: 216.71 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 115.37 g; Błonnik pokarmowy: 16.66 g;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330g*, bukiet warzyw królewski 120g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.85 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 88.39 g; Węglowodany ogółem: 216.71 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 115.37 g; Błonnik pokarmowy: 16.66 g;

piątek 2025-05-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka z kap. pekińskiej 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), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt , surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3112.50 kcal; Białko ogółem: 113.41 g; Tłuszcz: 92.39 g; Węglowodany ogółem: 436.53 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 108.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.78 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt , bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.15 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 51.73 g; Węglowodany ogółem: 382.10 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.90 g; suma cukrów prostych: 119.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Grejfrut 1/2 szt , Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.15 kcal; Białko ogółem: 109.45 g; Tłuszcz: 51.73 g; Węglowodany ogółem: 382.10 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.90 g; suma cukrów prostych: 119.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , surówka meksykańska 120g (3,11,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.35 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 70.08 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.30 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Napój roślinny 330g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.33 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 81.68 g; Węglowodany ogółem: 208.02 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.58 g; suma cukrów prostych: 103.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2045.33 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 81.68 g; Węglowodany ogółem: 208.02 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.58 g; suma cukrów prostych: 103.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 100g, Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Grejfrut 1/2 szt , ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus warzywno-owocowy 100g*		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3234.50 kcal; Białko ogółem: 118.31 g; Tłuszcz: 94.59 g; Węglowodany ogółem: 456.33 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.15 g; suma cukrów prostych: 124.38 g; Błonnik pokarmowy: 36.28 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250g*, Grejfrut 1/2 szt, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, Pomidor 50g.
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus warzywno-owocowy 100g*		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2613.15 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz: 53.93 g; Węglowodany ogółem: 401.90 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.09 g; suma cukrów prostych: 135.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g;

sobota 2025-05-10 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Grejfrut 1/2 szt, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g, rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2557.35 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 70.08 g; Węglowodany ogółem: 346.03 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.84 g; suma cukrów prostych: 73.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), ogórek zielony 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynki 150g,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2894.30 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 98.74 g; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.17 g; suma cukrów prostych: 82.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, mandarynki 150g,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.36 kcal; Białko ogółem: 126.22 g; Tłuszcz: 86.43 g; Węglowodany ogółem: 327.82 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.53 g; suma cukrów prostych: 92.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, mandarynki 150g,	schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.16 kcal; Białko ogółem: 117.02 g; Tłuszcz: 63.47 g; Węglowodany ogółem: 327.94 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.14 g; suma cukrów prostych: 92.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;

niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.96 kcal; Białko ogółem: 129.84 g; Tłuszcz: 107.94 g; Węglowodany ogółem: 259.85 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.57 g; suma cukrów prostych: 69.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.87 g;

niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153.95 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.94 g; suma cukrów prostych: 92.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;

niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 150 m (1,2,13), ziemniaki 100g, Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, ziemniaki 100g, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1946.85 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 92.94 g; Węglowodany ogółem: 172.99 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.97 g; suma cukrów prostych: 71.66 g; Błonnik pokarmowy: 17.90 g;

niedziela 2025-05-11		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		

