

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-04-14</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), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), 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]: 2854.69 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 447.90 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 136.20 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</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, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), brokuły z wody 120 g, 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]: 2541.56 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; Tłuszcz: 56.39 g; Węglowodany ogółem: 396.03 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.11 g; suma cukrów prostych: 130.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</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, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, 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]: 2541.56 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; Tłuszcz: 56.39 g; Węglowodany ogółem: 396.03 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.11 g; suma cukrów prostych: 130.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</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), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), 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 330g*, Ciastko zbożowe 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2580.14 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 366.08 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.32 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.40 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g*(1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka 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]: 2292.98 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 88.17 g; Węglowodany ogółem: 258.74 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.56 g; suma cukrów prostych: 103.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</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]: 1998.98 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 83.77 g; Węglowodany ogółem: 202.14 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.45 g; suma cukrów prostych: 101.60 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>poniedziałek 2025-04-14</b>		<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</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), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), 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 330g*, Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3253.69 kcal; Białko ogółem: 126.90 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 482.70 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.35 g; suma cukrów prostych: 152.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.75 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</b>		<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</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, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , brokuły z wody 120 g, 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 330g*, Mus ryżowy 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2819.56 kcal; Białko ogółem: 125.06 g; Tłuszcz: 59.19 g; Węglowodany ogółem: 432.83 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.41 g; suma cukrów prostych: 161.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.22 g;

<b>poniedziałek 2025-04-14</b>		<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</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, twarożek 60g (2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), 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 330g*, Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2580.14 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 366.08 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.32 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; Błonnik pokarmowy: 37.40 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>wtorek 2025-04-15</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 fasoli 60g , Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka panier. 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]: 2400.83 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 63.99 g; Węglowodany ogółem: 368.64 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.14 g; suma cukrów prostych: 99.73 g; Błonnik pokarmowy: 37.19 g;

<b>wtorek 2025-04-15</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), mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 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]: 2232.97 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 47.88 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.71 g; suma cukrów prostych: 99.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

<b>wtorek 2025-04-15</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 koperkowy 100g (1,2), mandarynki 150g, 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]: 2232.97 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 47.88 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.71 g; suma cukrów prostych: 99.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

<b>wtorek 2025-04-15</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 fasoli 60g , Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Sos koperkowy 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]: 2666.72 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 65.36 g; Węglowodany ogółem: 403.29 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.91 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 45.15 g;

<b>wtorek 2025-04-15</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: 107.67 g; Tłuszcz: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 243.38 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;

<b>wtorek 2025-04-15</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: 102.07 g; Tłuszcz: 76.07 g; Węglowodany ogółem: 215.78 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 108.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.93 g;

<b>wtorek 2025-04-15</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 fasoli 60g , Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka panier. 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]: 3000.03 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 80.03 g; Węglowodany ogółem: 456.09 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.94 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g;

<b>wtorek 2025-04-15      Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</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 салат 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 100g (1,2), mandarynki 150g, 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 салат 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]: 2512.97 kcal; Białko ogółem: 123.60 g; Tłuszcz: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; suma cukrów prostych: 108.84 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

<b>wtorek 2025-04-15      Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</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 fasoli 60g , Mix салат 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Sos koperkowy 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 салат 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]: 2666.72 kcal; Białko ogółem: 128.90 g; Tłuszcz: 65.36 g; Węglowodany ogółem: 403.29 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.91 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 45.15 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
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 салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, jablko deserowe 1 szt. , Bigos 300g* (1,8,11,13), ziemniaki 250g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3192.03 kcal; Białko ogółem: 123.45 g; Tłuszcz: 102.91 g; Węglowodany ogółem: 426.43 g; Sól: 6.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.82 g; suma cukrów prostych: 102.25 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;

środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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 салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, jablko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy 100g (1,3), ziemniaki 250g,	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 330g*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.95 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 53.54 g; Węglowodany ogółem: 382.99 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.39 g; suma cukrów prostych: 118.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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 салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, jablko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy 100g (1,3), ziemniaki 250g,	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 330g*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.95 kcal; Białko ogółem: 115.43 g; Tłuszcz: 53.54 g; Węglowodany ogółem: 382.99 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.39 g; suma cukrów prostych: 118.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
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 салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), jablko deserowe 1 szt. , Pulpet drobiowy 100g (1,3), ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata bez cukru 250g, Napój roślinny 330g*, papryka kons. 50g (11), Mix салат 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]: 2853.94 kcal; Białko ogółem: 129.68 g; Tłuszcz: 85.68 g; Węglowodany ogółem: 370.51 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 77.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.04 g;

środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Brokułowa 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 330g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2105.35 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 85.11 g; Węglowodany ogółem: 203.20 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 97.60 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g;

środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Brokułowa 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 330g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2105.35 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 85.11 g; Węglowodany ogółem: 203.20 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 97.60 g; Błonnik pokarmowy: 18.81 g;

środa 2025-04-16      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
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 салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, jablko deserowe 1 szt. , Bigos 300g* (1,8,11,13), ziemniaki 250g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>czwartek 2025-04-17      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, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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 салат 10g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus antybaton 1 szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2740.65 kcal; Białko ogółem: 125.28 g; Tłuszcz: 82.33 g; Węglowodany ogółem: 388.72 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.19 g; suma cukrów prostych: 84.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

czwartek 2025-04-17      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix салат 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2500.82 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 90.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

czwartek 2025-04-17      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix салат 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2500.82 kcal; Białko ogółem: 116.59 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 90.31 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

czwartek 2025-04-17      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
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, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, pomarańcza 1 szt.	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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 салат 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330g*, Mus warzywno-owocowy 100g*.		<b>Posilek nocny:</b> Mus antybaton 1 szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2677.07 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 83.41 g; Węglowodany ogółem: 350.06 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.43 g; suma cukrów prostych: 78.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g;

czwartek 2025-04-17      Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1).	Zupa dyniowa 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>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2241.17 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 82.57 g; Węglowodany ogółem: 267.03 g; Sól: 2.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.00 g; suma cukrów prostych: 95.02 g; Błonnik pokarmowy: 22.66 g;

czwartek 2025-04-17      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3).	Zupa dyniowa 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>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2155.97 kcal; Białko ogółem: 107.75 g; Tłuszcz: 88.02 g; Węglowodany ogółem: 239.50 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.15 g; suma cukrów prostych: 93.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g;

czwartek 2025-04-17      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
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, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt.	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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 салат 10g.



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), papryka świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3252.82 kcal; Białko ogółem: 121.31 g; Tłuszcz: 90.52 g; Węglowodany ogółem: 500.41 g; Sól: 3.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.80 g; suma cukrów prostych: 188.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;

<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2708.97 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 450.00 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; suma cukrów prostych: 185.87 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;

<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2708.97 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 58.73 g; Węglowodany ogółem: 450.00 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; suma cukrów prostych: 185.87 g; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;

<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), papryka świeża 50g., szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Kakao b/c 250 ml, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Surówka z kapusty kisz 120g*, gruszka 1 szt., ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 300ml. 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2638.92 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 73.26 g; Węglowodany ogółem: 374.72 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; suma cukrów prostych: 87.49 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g;

<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2239.54 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 81.02 g; Węglowodany ogółem: 263.11 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; suma cukrów prostych: 111.06 g; Błonnik pokarmowy: 19.13 g;

<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2093.54 kcal; Białko ogółem: 108.60 g; Tłuszcz: 93.22 g; Węglowodany ogółem: 206.51 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.34 g; suma cukrów prostych: 109.16 g; Błonnik pokarmowy: 17.33 g;

<b>piątek 2025-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka świeża 50g., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Kaszotto jarskie 300g (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 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 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2702.62 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 69.64 g; Węglowodany ogółem: 405.48 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 98.71 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g;

<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, serek homog. nat. 60g,(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 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 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2311.18 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 57.14 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.34 g; suma cukrów prostych: 122.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g;

<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b></span>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, serek homog. nat. 60g,(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 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 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2311.18 kcal; Białko ogółem: 79.76 g; Tłuszcz: 57.14 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.34 g; suma cukrów prostych: 122.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g;

<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g,(2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 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 330g*, 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]: 2532.98 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 64.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g;

<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b></span>		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, sucharki 30g*(1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuly 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 330g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2256.87 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 254.03 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.15 g; suma cukrów prostych: 122.75 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g;

<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b></span>		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g,	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, Napój roślinny 330g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2211.67 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 87.48 g; Węglowodany ogółem: 233.40 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; suma cukrów prostych: 121.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.83 g;

<b>sobota 2025-04-19</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b></span>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g,(2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kaszotto dieta 300g* (1,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 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 330g*, Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), 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*,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3032.12 kcal; Białko ogółem: 133.46 g; Tłuszcz: 91.70 g; Węglowodany ogółem: 398.90 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; suma cukrów prostych: 97.10 g; Błonnik pokarmowy: 38.55 g;

sobota 2025-04-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</span>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Salata zielona z jogurtem (2) 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), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, 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]: 2472.38 kcal; Białko ogółem: 105.54 g; Tłuszcz: 62.58 g; Węglowodany ogółem: 351.71 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 121.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

sobota 2025-04-19 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</span>		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Salata zielona z jogurtem (2) 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), Polędwica sopočka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, 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]: 2532.98 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 64.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-04-20</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), Baleron 60g (1,2,3) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. , babka świąteczna 100g (1,2,3), chrzan 10g (2),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), rolada wp 90g z sosem pieczeniowym (1,3), Kluski śląskie - 200, Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), śledź w śmiet. 120g(1), 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]: 3141.56 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 98.26 g; Węglowodany ogółem: 439.01 g; Sól: 4.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.78 g; suma cukrów prostych: 135.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

<b>niedziela 2025-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Serek almette 2szt 60g , masło 10g - 1 szt (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g, babka świąteczna 100g (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztučka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , sos brokułowy 100ml(1,2),	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]: 2718.69 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 76.02 g; Węglowodany ogółem: 402.18 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.21 g; suma cukrów prostych: 138.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

<b>niedziela 2025-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt 60g , masło 10g - 1 szt (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g, babka świąteczna 100g (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztučka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , sos brokułowy 100ml(1,2),	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]: 2725.89 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 76.74 g; Węglowodany ogółem: 402.34 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 138.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

<b>niedziela 2025-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt 52g (3), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g, ciasto drożdżowe 100g (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztučka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , sos brokułowy 100ml(1,2),	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]: 2442.98 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 334.91 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g;

<b>niedziela 2025-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Płatki owsiane 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, Grysiwka 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]: 2157.15 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 89.33 g; Węglowodany ogółem: 232.80 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.39 g; suma cukrów prostych: 108.07 g; Błonnik pokarmowy: 17.33 g;

<b>niedziela 2025-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane 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*, Grysiwka 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]: 2157.55 kcal; Białko ogółem: 104.63 g; Tłuszcz: 101.79 g; Węglowodany ogółem: 209.54 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.31 g; suma cukrów prostych: 86.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.69 g;

<b>niedziela 2025-04-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Baleron 60g (1,2,3) , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt , babka świąteczna 100g (1,2,3), chrzan 10g (2).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), rolada wp 90g z sosem pieczeniowym (1,3), Kluski śląskie - 200, Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), śledź w śmiet. 120g(1), 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]: 3421.56 kcal; Białko ogółem: 141.65 g; Tłuszcz: 112.26 g; Węglowodany ogółem: 462.06 g; Sól: 5.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.87 g; suma cukrów prostych: 144.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

niedziela 2025-04-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</span>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Serek almette 2szt. 60g , masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g, babka świąteczna 100g (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kluski śląskie - 200, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , sos brokułowy 100ml(1,2),	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]: 2998.69 kcal; Białko ogółem: 123.93 g; Tłuszcz: 90.02 g; Węglowodany ogółem: 425.23 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.30 g; suma cukrów prostych: 147.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

niedziela 2025-04-20 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</span>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g, ciasto drożdżowe 100g (1,2,3),	Grejfrut 1/2 szt , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Sałatka z kapust czerwonej 120g(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos brokułowy 100ml(1,2),	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]: 2442.98 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz: 70.91 g; Węglowodany ogółem: 334.91 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g;

Dietetyk

.....