

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Rumsztyk wołowy z cebulą 100g (3,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, krzoskwinia 1szt, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka kons. 50g (11), Mix салат 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2511.37 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 63.91 g; Węglowodany ogółem: 399.02 g; Sól: 7.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.43 g; suma cukrów prostych: 101.31 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g;

poniedziałek 2025-06-30 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, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), krzoskwinia 1szt, 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]: 2268.96 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 368.63 g; Sól: 4.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.12 g; suma cukrów prostych: 103.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

poniedziałek 2025-06-30 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, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), krzoskwinia 1szt, 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]: 2268.96 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 368.63 g; Sól: 4.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.12 g; suma cukrów prostych: 103.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. 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, twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Gulasz wołowy 160g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), krzoskwinia 1szt, ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka kons. 50g (11),
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.78 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 57.93 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.26 g; suma cukrów prostych: 74.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), 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]: 2050.16 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 86.40 g; Węglowodany ogółem: 209.79 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.01 g; suma cukrów prostych: 104.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), 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]: 2050.16 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 86.40 g; Węglowodany ogółem: 209.79 g; Sól: 4.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.01 g; suma cukrów prostych: 104.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-30		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, pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Rumsztyk wołowy z cekulą 100g (3,13), salátka z buraków 120g (3,11,13), brzoskwinia 1szt, Kompót z owoców mroz. 250g*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix салат 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2911.37 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 76.71 g; Węglowodany ogółem: 435.82 g; Sól: 8.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.72 g; suma cukrów prostych: 118.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;

poniedziałek 2025-06-30		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, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, płatki jęczmienne na mleku 300ml (1,2), Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Kompót z owoców mroz. 250g*, buraczki gotowane 120g (1,2), brzoskwinia 1szt, Gulasz wołowy 160g (1), 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,
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt, Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.96 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 51.46 g; Węglowodany ogółem: 405.43 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.42 g; suma cukrów prostych: 134.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

poniedziałek 2025-06-30		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, twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), salátka z buraków 120g (3,11,13), brzoskwinia 1szt, Kompót z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Gulasz wołowy 160g (1), ziemniaki 250g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka kons. 50g (11),
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2209.78 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 57.93 g; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Sól: 5.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.26 g; suma cukrów prostych: 74.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Ryż na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroz. 250g*, truskawki 150g, ziemniaki 250g,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2812.48 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 85.58 g; Węglowodany ogółem: 396.03 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.91 g; suma cukrów prostych: 77.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

wtorek 2025-07-01

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), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Ryż na mleku 350 ml(2), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250g*, truskawki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.03 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 60.07 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 92.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Ryż na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250g*, truskawki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.03 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 60.07 g; Węglowodany ogółem: 353.82 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; suma cukrów prostych: 92.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Z ogr. 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), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Mix салат 10g,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, truskawki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g,

Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, rzodkiewka 50g,

II śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.45 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 82.89 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.22 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroz. 250g*,

Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.12 kcal; Białko ogółem: 106.55 g; Tłuszcz: 76.31 g; Węglowodany ogółem: 263.70 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; suma cukrów prostych: 87.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g;

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g*, ziemniaki 100g,

Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2122.32 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 255.50 g; Sól: 1.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.66 g; suma cukrów prostych: 86.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

Ryż na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Kefir 150g(2) 1szt.,

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroz. 250g*, truskawki 150g, ziemniaki 250g,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml,
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3139.48 kcal; Białko ogółem: 129.74 g; Tłuszcz: 102.08 g; Węglowodany ogółem: 419.33 g; Sól: 4.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.78 g; suma cukrów prostych: 92.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;

wtorek 2025-07-01

Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2

Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, truskawki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopočka 40g (8), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2678.03 kcal; Białko ogółem: 124.41 g; Tłuszcz: 74.07 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.72 g; suma cukrów prostych: 102.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;

wtorek 2025-07-01

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), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, truskawki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2440.45 kcal; Białko ogółem: 118.60 g; Tłuszcz: 82.89 g; Węglowodany ogółem: 298.09 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.22 g; suma cukrów prostych: 56.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczerek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

środa 2025-07-02

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix salat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt.,

Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2,13), Kompot z owoców mroź. 250g*, gruszka 1 szt.,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek kisz 50g, Mix salat 10g,

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3375.12 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 84.38 g; Węglowodany ogółem: 509.70 g; Sól: 5.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 136.93 g; Błonnik pokarmowy: 35.79 g;

środa 2025-07-02

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (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 salat 10g,

Krupnik 350ml(1,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroź. 250g*,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix salat 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2774.79 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 59.08 g; Węglowodany ogółem: 450.33 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 163.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

środa 2025-07-02

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1 szt (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 salat 10g,

Krupnik 350ml(1,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Knedle z truskawkami 350g (1), Banan 1 szt, Kompot z owoców mroź. 250g*,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix salat 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2774.79 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 59.08 g; Węglowodany ogółem: 450.33 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 163.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

środa 2025-07-02

Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych 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 tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix salat 10g,

Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroź. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,

Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix salat 10g, ogórek kisz 50g,

II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.27 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 365.05 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 76.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.14 g;

środa 2025-07-02

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na m, jajo, masło 350ml*,

Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroź. 250g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),

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]: 2332.01 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 265.38 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.50 g; suma cukrów prostych: 105.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

środa 2025-07-02

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na m, jajo, masło 350ml*,

Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroź. 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]: 2183.36 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 87.32 g; Węglowodany ogółem: 227.87 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; suma cukrów prostych: 105.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g;

środa 2025-07-02

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 tunczyka z jajkiem 60g (3,4,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), poędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek kisz 50g, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3523.62 kcal; Białko ogółem: 150.80 g; Tłuszcz: 93.47 g; Węglowodany ogółem: 498.74 g; Sól: 5.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.79 g; suma cukrów prostych: 118.78 g; Błonnik pokarmowy: 41.11 g;

środa 2025-07-02 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 салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), sałatka 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), poędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2923.29 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 439.37 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 145.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;

środa 2025-07-02 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 tunczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), poędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, ogórek kisz 50g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.27 kcal; Białko ogółem: 127.07 g; Tłuszcz: 82.49 g; Węglowodany ogółem: 365.05 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.09 g; suma cukrów prostych: 76.28 g; Błonnik pokarmowy: 38.14 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

czwartek 2025-07-03

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, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,

ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250g, arbus 200g,

Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2858.35 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 79.54 g; Węglowodany ogółem: 416.81 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.39 g; suma cukrów prostych: 87.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;

czwartek 2025-07-03

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 homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g, arbus 200g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, Mus ryżowy 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.07 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 51.91 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.87 g; suma cukrów prostych: 99.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

czwartek 2025-07-03

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 homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g, arbus 200g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, Mus ryżowy 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.07 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 51.91 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.87 g; suma cukrów prostych: 99.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

czwartek 2025-07-03

Jadłospis dla diety: Z ograni. 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), rzodkiewka 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,

ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml, arbus 200g, Sos pietruszkowy 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), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.35 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 338.70 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 82.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.31 g;

czwartek 2025-07-03

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml (1,2,3),

Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g, Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml, pomidorowa z makaronem 350ml.(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]: 2024.25 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 75.54 g; Węglowodany ogółem: 239.66 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.49 g; suma cukrów prostych: 92.95 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

czwartek 2025-07-03

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml (1,2,3),

Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g, ziemniaki 150g m (2),

pomidorowa z makaronem 350ml.(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]: 1986.85 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 75.19 g; Węglowodany ogółem: 231.90 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.30 g; suma cukrów prostych: 94.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

czwartek 2025-07-03

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, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,

ogórkowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g, arbus 200g,

Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g [†] , Napój roślinny 330g [†] ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [†] , Ciastko zbożowe 1szt. ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3131.35 kcal; Białko ogółem: 124.42 g; Tłuszcz: 81.94 g; Węglowodany ogółem: 452.41 g; Sól: 4.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.69 g; suma cukrów prostych: 112.16 g; Błonnik pokarmowy: 38.74 g;

czwartek 2025-07-03	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
Platki jęczmieńne 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 homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250g [†] , arbuż 200g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml [†] , masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g [†] , Mus warzywno-owocowy 100g [†] ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [†] , Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2698.07 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 64.81 g; Węglowodany ogółem: 385.94 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 109.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.17 g;

czwartek 2025-07-03	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), rzodkiewka 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	ogórkowa z ziem.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, arbuż 200g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml [†] , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Poledwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g [†] , Mus warzywno-owocowy 100g [†] ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [†] , Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.35 kcal; Białko ogółem: 109.35 g; Tłuszcz: 71.25 g; Węglowodany ogółem: 338.70 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.95 g; suma cukrów prostych: 82.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.31 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Sniadanie II Sniadanie

Obiad Podwieczorek

Kolacja Posiłek nocny

piątek 2025-07-04

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślaný 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. ,

Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z minuny smaż 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z kapusty kisz 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,

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3046.80 kcal; Białko ogółem: 117.80 g; Tłuszcz: 79.35 g; Węglowodany ogółem: 483.44 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.69 g; suma cukrów prostych: 164.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;

piątek 2025-07-04

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślaný 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,

Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z minuny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, Banan 1 szt, ziemniaki 250g,

Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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]: 2631.68 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 60.11 g; Węglowodany ogółem: 427.42 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.04 g; suma cukrów prostych: 157.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

piątek 2025-07-04

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślaný 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,

Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z minuny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, 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,

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2631.68 kcal; Białko ogółem: 108.81 g; Tłuszcz: 60.11 g; Węglowodany ogółem: 427.42 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.04 g; suma cukrów prostych: 157.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

piątek 2025-07-04

Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), filet pieczony z indyka 40g , Mix салат 10g,

Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z minuny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Sos koperkowy 100g (1,2), kiwi 1szt., 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 Sniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2144.54 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 57.74 g; Węglowodany ogółem: 298.28 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; suma cukrów prostych: 65.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

piątek 2025-07-04

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*, Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), 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*,

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.15 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 217.52 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; suma cukrów prostych: 110.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g;

piątek 2025-07-04

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo/masło 350ml,

Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), 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,

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.15 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 217.52 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.75 g; suma cukrów prostych: 110.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.39 g;

piątek 2025-07-04

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślaný 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,

Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z minuny smaż 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z kapusty kisz 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

II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml,
---	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3281.45 kcal; Białko ogółem: 132.78 g; Tłuszcz: 92.06 g; Węglowodany ogółem: 486.86 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 156.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.84 g;

piątek 2025-07-04		Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślane 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), filet pieczony z indyka 40g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), 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,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2866.33 kcal; Białko ogółem: 123.79 g; Tłuszcz: 72.82 g; Węglowodany ogółem: 430.84 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 149.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

piątek 2025-07-04		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3
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), filet pieczony z indyka 40g , Mix салат 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), kiwi 1szt, ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, 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, Mix салат 10g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2139.54 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 57.34 g; Węglowodany ogółem: 297.08 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.34 g; suma cukrów prostych: 59.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g;

Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

sobota 2025-07-05

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g, szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,

Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, brzoskwinia 1szt, surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 250g,

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3057.06 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 469.30 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.09 g; suma cukrów prostych: 114.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.61 g;

sobota 2025-07-05

Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Herbata 250g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, brzoskwinia 1szt, Salata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 250g,

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.31 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 124.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

sobota 2025-07-05

Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Herbata 250g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

brzoskwinia 1szt, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 250g,

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, Pomidor 50g,

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.31 kcal; Białko ogółem: 120.01 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 388.46 g; Sól: 2.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 124.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

sobota 2025-07-05

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 65g (1), szynka na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,

Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, brzoskwinia 1szt, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ziemniaki 250g,

masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, Pomidor 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]: 2683.72 kcal; Białko ogółem: 120.55 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 79.74 g; Błonnik pokarmowy: 43.08 g;

sobota 2025-07-05

Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata z cukrem 250ml*, Plątki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,

Pomidorowa z ryżem 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]: 2093.93 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 217.02 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 110.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.17 g;

sobota 2025-07-05

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml*, Plątki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,

Pomidorowa z ryżem 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]: 2093.93 kcal; Białko ogółem: 102.76 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 217.02 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 110.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.17 g;

sobota 2025-07-05

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g, szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,

Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), brzoskwinia 1szt, ziemniaki 250g,

masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 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), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3057.06 kcal; Białko ogółem: 116.05 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 469.30 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.09 g; suma cukrów prostych: 114.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.61 g;

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]: 3196.06 kcal; Białko ogółem: 120.83 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 492.30 g; Sól: 3.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 131.12 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g;

sobota 2025-07-05	Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2	
--------------------------	--	--

masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml [†] (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g [†] , brzoskwinia 1szt, Salata zielona z sosem winegret 80g, ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g [†] , Mix салат 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]: 2827.31 kcal; Białko ogółem: 124.79 g; Tłuszcz: 68.13 g; Węglowodany ogółem: 411.46 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; suma cukrów prostych: 140.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;

sobota 2025-07-05	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, Pasta z fasoli 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml [†] , surowka meksykańska 120g (3,11,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), brzoskwinia 1szt, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polewica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g [†] , Mix салат 10g, Pomidor 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]: 2683.72 kcal; Białko ogółem: 120.55 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 79.74 g; Błonnik pokarmowy: 43.08 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

**Śniadanie
II Śniadanie**

**Obiad
Podwieczorek**

**Kolacja
Posiłek nocny**

niedziela 2025-07-06

Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml[®], masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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, Kalafor oprószyany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250g[®], gruszka 1 szt. ,

masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml[®], szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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: Woda mineralna 500ml[®], mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2943.80 kcal; Białko ogółem: 131.60 g; Tłuszcz: 99.41 g; Węglowodany ogółem: 380.09 g; Sól: 3.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 88.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g;

niedziela 2025-07-06

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), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Serek almette 2szt. 60g , 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, jabłko deserowe 1 szt. ,

szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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]: 2703.26 kcal; Białko ogółem: 120.84 g; Tłuszcz: 99.13 g; Węglowodany ogółem: 332.55 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.49 g; suma cukrów prostych: 97.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

niedziela 2025-07-06

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 almette 2szt. 60g , polędwica wieśniowa 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[®], jabłko deserowe 1 szt. ,

szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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]: 2438.06 kcal; Białko ogółem: 111.64 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany ogółem: 332.67 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.10 g; suma cukrów prostych: 97.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

niedziela 2025-07-06

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), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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[®], gruszka 1 szt. ,

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka św. 50g,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml[®], mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.86 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 105.32 g; Węglowodany ogółem: 275.84 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.90 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

niedziela 2025-07-06

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 100g,

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]: 2005.65 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 71.04 g; Węglowodany ogółem: 233.63 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.92 g; suma cukrów prostych: 91.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.14 g;

niedziela 2025-07-06

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 15g(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]: 2001.25 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 96.97 g; Węglowodany ogółem: 176.22 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.70 g; suma cukrów prostych: 71.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;

niedziela 2025-07-06

Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1

Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml [†] , masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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, Kalańkor oproszany 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250g [†] , gruszka 1 szt. ,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml [†] , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [†] , mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3223.80 kcal; Białko ogółem: 141.10 g; Tłuszcz: 113.41 g; Węglowodany ogółem: 403.14 g; Sól: 4.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.54 g; suma cukrów prostych: 98.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Herbata z cukrem 250ml [†] , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Serek almette 2szt. 60g , 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, jabłko deserowe 1 szt. ,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), 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,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [†] , Mus warzywno-owocowy 100g [†] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2983.26 kcal; Białko ogółem: 130.34 g; Tłuszcz: 113.13 g; Węglowodany ogółem: 355.60 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.58 g; suma cukrów prostych: 106.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

niedziela 2025-07-06 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 70g (1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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 [†] , gruszka 1 szt. ,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml [†] , Mus warzywno-owocowy 100g [†] ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.86 kcal; Białko ogółem: 122.92 g; Tłuszcz: 105.32 g; Węglowodany ogółem: 275.84 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.90 g; suma cukrów prostych: 76.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;

Dietetyk
