

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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 żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziem.350ml.(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem350g(1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, arbus 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3190.16 kcal; Białko ogółem: 140.84 g; Tłuszcz: 80.27 g; Węglowodany ogółem: 492.68 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 129.11 g; Błonnik pokarmowy: 41.71 g;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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), Leniwe z masłem i cukrem350g(1,2,3), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, arbus 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	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*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.78 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 56.54 g; Węglowodany ogółem: 408.62 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.24 g; suma cukrów prostych: 119.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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), Leniwe z masłem i cukrem350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, arbus 200g,	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,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2595.78 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 56.54 g; Węglowodany ogółem: 408.62 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.24 g; suma cukrów prostych: 119.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

poniedziałek 2025-06-09 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), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, arbus 200g,	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,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus antybaton 1 szt. ,		
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.15 kcal; Białko ogółem: 130.06 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 97.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bulka wrocławska 100g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: 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;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
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),
		Posiłek nocny: 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

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
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 żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Grochowa z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbuź 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	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*,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3479.16 kcal; Białko ogółem: 144.94 g; Tłuszcz: 86.17 g; Węglowodany ogółem: 523.48 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 153.01 g; Błonnik pokarmowy: 42.71 g;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem350g(1,2,3), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, arbuź 200g, Kompot z owoców mroż. 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, Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2873.78 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 445.42 g; Sól: 3.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.54 g; suma cukrów prostych: 150.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;

poniedziałek 2025-06-09 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, arbuź 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	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,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.15 kcal; Białko ogółem: 130.06 g; Tłuszcz: 69.69 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 97.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.66 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, 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*,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2348.08 kcal; Białko ogółem: 103.59 g; Tłuszcz: 68.99 g; Węglowodany ogółem: 339.40 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.01 g; suma cukrów prostych: 96.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g;

wtorek 2025-06-10 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 pieczony z indyka 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (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.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.62 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.88 g; suma cukrów prostych: 91.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

wtorek 2025-06-10 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 pieczony z indyka 40g, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Grysikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (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.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.62 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 49.42 g; Węglowodany ogółem: 334.81 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.88 g; suma cukrów prostych: 91.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g.	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, sos szpinakowy 100ml (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.
II Śniadanie: ciastko zbożowe 50g, Kefir 150g(2) 1szt.,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.65 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 69.49 g; Węglowodany ogółem: 374.76 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 77.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Grysikowa 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.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.34 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 78.96 g; Węglowodany ogółem: 238.87 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.76 g; suma cukrów prostych: 110.01 g; Błonnik pokarmowy: 19.00 g;

wtorek 2025-06-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Grysikowa 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.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1927.34 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz: 76.16 g; Węglowodany ogółem: 211.27 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; suma cukrów prostych: 108.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g;

wtorek 2025-06-10 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), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Kalafiorowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, 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.
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., ciastko zbożowe 50g,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. .

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2947.28 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 85.03 g; Węglowodany ogółem: 426.85 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.80 g; suma cukrów prostych: 106.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g;

wtorek 2025-06-10		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 pieczony z indyka 40g , Ryż na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Grycikowa 350ml*(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (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,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., ciastko zbożowe 50g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.62 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 63.42 g; Węglowodany ogółem: 357.86 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.97 g; suma cukrów prostych: 100.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

wtorek 2025-06-10		Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	Kalańkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, sos szpinakowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, 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,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., ciastko zbożowe 50g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2608.65 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 69.49 g; Węglowodany ogółem: 374.76 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 77.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2973.41 kcal; Białko ogółem: 115.54 g; Tłuszcz: 91.21 g; Węglowodany ogółem: 400.68 g; Sól: 4.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.99 g; suma cukrów prostych: 115.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g;

środa 2025-06-11 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 almette 2szt. 60g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	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 салат 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.62 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 121.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

środa 2025-06-11 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 almette 2szt. 60g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g, jabłko deserowe 1 szt. , Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	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 салат 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.62 kcal; Białko ogółem: 113.98 g; Tłuszcz: 73.50 g; Węglowodany ogółem: 351.93 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.56 g; suma cukrów prostych: 121.76 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), kasza gryczana 200g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, Polędwica sopočka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Napój roślinny 330g*, papryka kons. 50g (11), Mix салат 10g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.55 kcal; Białko ogółem: 119.69 g; Tłuszcz: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 340.63 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.17 g; suma cukrów prostych: 84.86 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330g*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.65 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 85.04 g; Węglowodany ogółem: 216.11 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 96.85 g; Błonnik pokarmowy: 19.27 g;

środa 2025-06-11 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330g*, Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.65 kcal; Białko ogółem: 110.95 g; Tłuszcz: 85.04 g; Węglowodany ogółem: 216.11 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.55 g; suma cukrów prostych: 96.85 g; Błonnik pokarmowy: 19.27 g;

środa 2025-06-11 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), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. , gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kasza jęczmienna 200 g(1),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

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, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab duszony 90g, ziemniaki 250g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	polędwica 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 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus warzywno-owocowy 100g*.		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2813.95 kcal; Białko ogółem: 121.16 g; Tłuszcz: 60.25 g; Węglowodany ogółem: 440.05 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.93 g; suma cukrów prostych: 107.82 g; Błonnik pokarmowy: 38.08 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, serek homo waniliowy 60g (2).	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	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), Pomidor 50g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus warzywno-owocowy 100g*.		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.07 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 58.45 g; Węglowodany ogółem: 382.18 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.02 g; suma cukrów prostych: 115.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

czwartek 2025-06-12 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Mix sałat 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, truskawki 150g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, Mus warzywno-owocowy 100g*.		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2551.37 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 60.88 g; Węglowodany ogółem: 380.20 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.97 g; suma cukrów prostych: 78.26 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ser topiony 2 szt. 34g 92), szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3219.28 kcal; Białko ogółem: 124.20 g; Tłuszcz: 105.78 g; Węglowodany ogółem: 422.04 g; Sól: 4.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.24 g; suma cukrów prostych: 81.17 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homog. nat. 60g, (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2694.95 kcal; Białko ogółem: 116.84 g; Tłuszcz: 77.28 g; Węglowodany ogółem: 362.73 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 101.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homog. nat. 60g, (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), 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 sałat 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.75 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 54.72 g; Węglowodany ogółem: 362.45 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.61 g; suma cukrów prostych: 101.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g, (2), szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.15 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 86.44 g; Węglowodany ogółem: 351.43 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.61 g; suma cukrów prostych: 61.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, sucharki 30g*(1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330g*,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.02 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 77.72 g; Węglowodany ogółem: 239.54 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.99 g; suma cukrów prostych: 121.74 g; Błonnik pokarmowy: 19.63 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, Napój roślinny 330g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.82 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 83.87 g; Węglowodany ogółem: 218.91 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; suma cukrów prostych: 120.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.55 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ser topiony 2 szt. 34g 92), szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kotlet mielony 100 g (1,2), Marchewka z groszkiem 120g.(1,2), kiwi 1szt., ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,	

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3341.28 kcal; Białko ogółem: 129.10 g; Tłuszcz: 107.98 g; Węglowodany ogółem: 441.84 g; Sól: 4.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.43 g; suma cukrów prostych: 97.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
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), szynka na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2816.95 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 79.48 g; Węglowodany ogółem: 382.53 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 117.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

sobota 2025-06-14 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g.(2), szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), brokuły z wody 120 g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2771.15 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 86.44 g; Węglowodany ogółem: 351.43 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.61 g; suma cukrów prostych: 61.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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 , 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 .	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt .	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.77 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 72.65 g; Węglowodany ogółem: 346.08 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.82 g; suma cukrów prostych: 84.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt .	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.26 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 61.84 g; Węglowodany ogółem: 312.91 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 91.50 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt .	masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2244.46 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 62.56 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.87 g; suma cukrów prostych: 91.50 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
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.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt .	chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.57 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 85.01 g; Węglowodany ogółem: 320.41 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Ryż 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, Gryskowa 350ml*(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2116.95 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 91.02 g; Węglowodany ogółem: 221.00 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.72 g; suma cukrów prostych: 107.83 g; Błonnik pokarmowy: 15.28 g;

niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż 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*, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2).
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.35 kcal; Białko ogółem: 101.53 g; Tłuszcz: 103.48 g; Węglowodany ogółem: 197.74 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.63 g; suma cukrów prostych: 86.75 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g;

niedziela 2025-06-15		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		

Jadłospisy dla oddziałów

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 , 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. ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.77 kcal; Białko ogółem: 129.08 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 369.13 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.90 g; suma cukrów prostych: 93.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Grejfrut 1/2 szt ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.26 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; suma cukrów prostych: 100.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

niedziela 2025-06-15 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3		
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,	Grejfrut 1/2 szt , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , Kefir 150g(2) 1szt.,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.57 kcal; Białko ogółem: 125.79 g; Tłuszcz: 85.01 g; Węglowodany ogółem: 320.41 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

Dietetyk

.....