

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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, Kalafior oprószony 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3124.90 kcal; Białko ogółem: 139.10 g; Tłuszcz: 112.15 g; Węglowodany ogółem: 382.34 g; Sól: 4.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.93 g; suma cukrów prostych: 85.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

niedziela 2025-06-22 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), serek homog. nat. 60g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g,	polędwica wiśniowa 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 owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2828.25 kcal; Białko ogółem: 131.68 g; Tłuszcz: 107.49 g; Węglowodany ogółem: 327.37 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.65 g; suma cukrów prostych: 81.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g;

niedziela 2025-06-22 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt.,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ogórek konserwowy 50g* (11), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.95 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 108.19 g; Węglowodany ogółem: 242.98 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.62 g; suma cukrów prostych: 54.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), 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, Kalafior oprószony 120g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt.,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2843.90 kcal; Białko ogółem: 130.20 g; Tłuszcz: 98.65 g; Węglowodany ogółem: 357.29 g; Sól: 4.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.16 g; suma cukrów prostych: 74.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

niedziela 2025-06-22 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), serek homog. nat. 60g (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g,	polędwica wiśniowa 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, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.25 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 93.99 g; Węglowodany ogółem: 302.32 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 71.22 g; Błonnik pokarmowy: 21.35 g;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	polędwica wiśniowa 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, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.25 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 71.79 g; Węglowodany ogółem: 302.52 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 71.42 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Udko gotowane 1szt 200g, kiwi 1szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ogórek konserwowy 50g* (11), Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2469.95 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 108.19 g; Węglowodany ogółem: 242.98 g; Sól: 3.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.62 g; suma cukrów prostych: 54.70 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.47 kcal; Białko ogółem: 109.70 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 252.28 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.28 g; suma cukrów prostych: 107.45 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.87 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 92.62 g; Węglowodany ogółem: 229.29 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.96 g; suma cukrów prostych: 87.00 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g;

niedziela 2025-06-22 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3339.26 kcal; Białko ogółem: 129.45 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 490.05 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.03 g; suma cukrów prostych: 124.95 g; Błonnik pokarmowy: 45.65 g;

sobota 2025-06-21 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Herbata 250g, Plátky owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2744.51 kcal; Białko ogółem: 113.33 g; Tłuszcz: 67.25 g; Węglowodany ogółem: 400.59 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.47 g; suma cukrów prostych: 144.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g;

sobota 2025-06-21 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), schab na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszką 1 szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 50g(2), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, ogórek zielony 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]: 2705.86 kcal; Białko ogółem: 118.54 g; Tłuszcz: 72.97 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.51 g; suma cukrów prostych: 86.53 g; Błonnik pokarmowy: 41.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g .	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, Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2874.77 kcal; Białko ogółem: 119.24 g; Tłuszcz: 83.04 g; Węglowodany ogółem: 428.63 g; Sól: 4.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.88 g; suma cukrów prostych: 134.31 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g .	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, Pomidor 50g, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.18 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 128.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g .	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, Pomidor 50g, Mix салат 10g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.18 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 60.15 g; Węglowodany ogółem: 371.91 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 128.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Mix салат 10g.	Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, truskawki 150g .	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix салат 10g.
II Śniadanie: Ciastko zbożowe 1szt. , sok pomidorowy 300ml. 1 szt.,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2166.21 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 63.00 g; Węglowodany ogółem: 288.78 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 71.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, kakao 250ml (1,2), Sucharki 40g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2078.23 kcal; Białko ogółem: 111.57 g; Tłuszcz: 91.83 g; Węglowodany ogółem: 200.69 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 95.26 g; Błonnik pokarmowy: 16.94 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, kakao 250ml (1,2),	Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, masło 10g(2).	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, brokuły z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.03 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 97.28 g; Węglowodany ogółem: 173.16 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.83 g; suma cukrów prostych: 93.92 g; Błonnik pokarmowy: 15.50 g;

piątek 2025-06-20 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Pomidorowa z kluskami lanymi 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g .	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, Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), ogórek zielony 50g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), mięso z udźca indyka duszone 90g , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos curry 100ml ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.12 kcal; Białko ogółem: 122.09 g; Tłuszcz: 75.67 g; Węglowodany ogółem: 384.75 g; Sól: 4.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.37 g; suma cukrów prostych: 99.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g;

czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), mięso z udźca indyka gotowane 90g , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.69 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 60.74 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 106.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), mięso z udźca indyka gotowane 90g , ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.69 kcal; Białko ogółem: 118.43 g; Tłuszcz: 60.74 g; Węglowodany ogółem: 363.84 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.09 g; suma cukrów prostych: 106.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), mięso z udźca indyka gotowane 90g , ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , papryka kons. 50g (11), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g,
II Śniadanie: Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g,		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.01 kcal; Białko ogółem: 114.98 g; Tłuszcz: 66.81 g; Węglowodany ogółem: 318.05 g; Sól: 3.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 94.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.01 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 83.82 g; Węglowodany ogółem: 240.19 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; suma cukrów prostych: 97.80 g; Błonnik pokarmowy: 21.25 g;

czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1959.32 kcal; Białko ogółem: 101.15 g; Tłuszcz: 82.02 g; Węglowodany ogółem: 207.65 g; Sól: 2.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 91.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g;

czwartek 2025-06-19		
Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt (2), ogórek zielony 50g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), mięso z udźca indyka duszone 90g , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g, mandarynki 150g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos curry 100ml ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopočka 40g (8), ser topiony 2 szt. 34g 92), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z selera z rodzynekami 120g* (2,13), Banan 1 szt, Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), 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]: 3166.75 kcal; Białko ogółem: 124.88 g; Tłuszcz: 83.90 g; Węglowodany ogółem: 459.86 g; Sól: 5.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; suma cukrów prostych: 131.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.17 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopočka 40g (8), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2703.60 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 56.32 g; Węglowodany ogółem: 418.66 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; suma cukrów prostych: 145.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopočka 40g (8), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Banan 1 szt, Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2703.60 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 56.32 g; Węglowodany ogółem: 418.66 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.55 g; suma cukrów prostych: 145.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.19 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Połudwica sopočka 40g (8), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), twarożek 60g (2), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Grejfrut 1/2 szt	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, Mix салат 10g, herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus antybaton 1 szt. ,	Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2334.05 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 58.17 g; Węglowodany ogółem: 314.21 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.56 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.55 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), 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]: 1929.50 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 76.30 g; Węglowodany ogółem: 190.26 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.95 g; suma cukrów prostych: 97.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.97 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1946.15 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 81.08 g; Węglowodany ogółem: 191.70 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 98.26 g; Błonnik pokarmowy: 18.02 g;

środa 2025-06-18 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Połudwica sopočka 40g (8), ser topiony 2 szt. 34g 92), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, Łazanki z kapustą kisz i mięsem 350g (1,3,13), Surówka z selera z rodzynekami 120g* (2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 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 салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbuż 200g, ziemniaki 250g,	Ogórek konserwowy 50g* (11), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: Mus antybaton 1 szt. , Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2857.82 kcal; Białko ogółem: 122.77 g; Tłuszcz: 86.10 g; Węglowodany ogółem: 405.38 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; suma cukrów prostych: 93.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g;

wtorek 2025-06-17 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, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbuż 200g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.92 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; Tłuszcz: 55.14 g; Węglowodany ogółem: 359.21 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.26 g; suma cukrów prostych: 98.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbuż 200g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.92 kcal; Białko ogółem: 114.29 g; Tłuszcz: 55.14 g; Węglowodany ogółem: 359.21 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.26 g; suma cukrów prostych: 98.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, arbuż 200g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Kefir 150g(2) 1szt., Mix салат 10g, herbata bez cukru 250ml, Ogórek konserwowy 50g* (11),
II Śniadanie: Ciaszko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus antybaton 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.60 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; Tłuszcz: 80.30 g; Węglowodany ogółem: 300.23 g; Sól: 3.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 71.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 100g,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2059.51 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 256.05 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.15 g; suma cukrów prostych: 92.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.24 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1962.62 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 222.86 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 90.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;

wtorek 2025-06-17 Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 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 салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbuż 200g, ziemniaki 250g,	Ogórek konserwowy 50g* (11), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Kefir 150g(2) 1szt., chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Podstawowa C1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3024.47 kcal; Białko ogółem: 133.56 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 414.69 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.68 g; suma cukrów prostych: 124.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Poloźniczy Lekkostrawna C2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix sałat 10g, Pomidor 50g,
II Śniadanie: Mus ryżowy 1szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.01 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 355.39 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.78 g; suma cukrów prostych: 135.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Poloźniczy 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 farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt, Risotto dieta 300g* (13) ,	herbata bez cukru 250ml, 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 sałat 10g, ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.67 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 78.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Salata zielona z sosem winegret 80g, ryż z truskawkami 350g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2863.43 kcal; Białko ogółem: 120.99 g; Tłuszcz: 76.27 g; Węglowodany ogółem: 434.53 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.76 g; suma cukrów prostych: 109.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g;

poniedziałek 2025-06-16		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt, ryż z truskawkami 350g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.97 kcal; Białko ogółem: 98.88 g; Tłuszcz: 62.36 g; Węglowodany ogółem: 369.23 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.76 g; suma cukrów prostych: 113.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;

poniedziałek 2025-06-16		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, pomarańcza 1 szt, ryż z truskawkami 350g (2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mix салат 10g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.91 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 66.52 g; Węglowodany ogółem: 293.94 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 101.98 g; Błonnik pokarmowy: 21.01 g;

poniedziałek 2025-06-16		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt,	herbata bez cukru 250ml, 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, ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: Mus antybaton 1 szt. , Napój roślinny 330g*,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.67 kcal; Białko ogółem: 110.50 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 78.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.91 g;

poniedziałek 2025-06-16		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mięso mielone drobiowe 90g*, masło 10g(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2023.77 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 91.40 g; Węglowodany ogółem: 201.74 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.38 g; suma cukrów prostych: 88.95 g; Błonnik pokarmowy: 21.30 g;

poniedziałek 2025-06-16		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, brokuły z wody 120 g, masło 10g(2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1992.00 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 89.34 g; Węglowodany ogółem: 195.83 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.76 g; suma cukrów prostych: 86.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g;