

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>poniedziałek 2025-06-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), ser topiony 2 szt. 34g 92), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), papryka św. 50g, Mix sałat 10g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2664.44 kcal; Białko ogółem: 134.47 g; Tłuszcz: 61.21 g; Węglowodany ogółem: 405.99 g; Sól: 2.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.77 g; suma cukrów prostych: 110.54 g; Błonnik pokarmowy: 37.76 g;

<b>poniedziałek 2025-06-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Twarożek z koperkiem 60g (2), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.03 kcal; Białko ogółem: 125.37 g; Tłuszcz: 51.87 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.93 g; suma cukrów prostych: 110.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

<b>poniedziałek 2025-06-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.03 kcal; Białko ogółem: 125.37 g; Tłuszcz: 51.87 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.93 g; suma cukrów prostych: 110.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.10 g;

<b>poniedziałek 2025-06-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa b/c 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, Pomidor 50g, Twarożek z koperkiem 60g (2), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	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, papryka św. 50g, Mix sałat 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330g*, Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posilek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2313.73 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 291.57 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

<b>poniedziałek 2025-06-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), 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*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2064.90 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 89.99 g; Węglowodany ogółem: 205.80 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 105.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

<b>poniedziałek 2025-06-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), 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*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2064.90 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 89.99 g; Węglowodany ogółem: 205.80 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 105.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-23      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), kajzerka 50g (1), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3203.44 kcal; Białko ogółem: 145.17 g; Tłuszcz: 75.71 g; Węglowodany ogółem: 468.79 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 127.04 g; Błonnik pokarmowy: 39.76 g;

poniedziałek 2025-06-23      Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Twarożek z koperkiem 60g (2), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, truskawki 150g , makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2801.03 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 65.17 g; Węglowodany ogółem: 398.86 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 126.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;

poniedziałek 2025-06-23      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, Pomidor 50g, Twarożek z koperkiem 60g (2), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, truskawki 150g , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	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, papryka św. 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2313.73 kcal; Białko ogółem: 122.27 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węglowodany ogółem: 291.57 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 74.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 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.,	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), mandarynki 150g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3293.65 kcal; Białko ogółem: 137.30 g; Tłuszcz: 102.24 g; Węglowodany ogółem: 450.08 g; Sól: 4.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.74 g; suma cukrów prostych: 92.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.50 g;

<b>wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2643.14 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 69.87 g; Węglowodany ogółem: 386.44 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.02 g; suma cukrów prostych: 104.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

<b>wtorek 2025-06-24 Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</b>		
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, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynki 150g, ziemniaki 250g, 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), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Kefir 150g(2) 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2525.36 kcal; Białko ogółem: 120.51 g; Tłuszcz: 85.58 g; Węglowodany ogółem: 309.39 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ryż biały 200g*, surówka bułgarska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. , leczko z papryki i cukinii z kiełbasą 300g (1,8,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3106.92 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 94.57 g; Węglowodany ogółem: 431.74 g; Sól: 4.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.83 g; suma cukrów prostych: 120.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g;

<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2474.19 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.75 g; suma cukrów prostych: 123.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g;

<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2474.19 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.75 g; suma cukrów prostych: 123.98 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g;

<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, surówka bułgarska 120g (3,11,13), jabłko deserowe 1 szt. ,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny b/c 330ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,		
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2452.21 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 87.20 g; Węglowodany ogółem: 287.25 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.81 g; suma cukrów prostych: 70.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g;

<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, Napój roślinny 330g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2229.41 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 87.22 g; Węglowodany ogółem: 231.87 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 118.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2229.41 kcal; Białko ogółem: 108.46 g; Tłuszcz: 87.22 g; Węglowodany ogółem: 231.87 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 118.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;

<b>środa 2025-06-25      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ryż biały 200g*, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), leczo z papryki i cukinii z kielbasą 300g (1,8,11,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3371.92 kcal; Białko ogółem: 125.58 g; Tłuszcz: 107.57 g; Węglowodany ogółem: 453.94 g; Sól: 5.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.32 g; suma cukrów prostych: 127.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g;

środa 2025-06-25 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</span>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2739.19 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 382.61 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.24 g; suma cukrów prostych: 131.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g;

środa 2025-06-25 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</span>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka na kartki 40g, Napój roślinny b/c 330ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2452.21 kcal; Białko ogółem: 104.85 g; Tłuszcz: 87.20 g; Węglowodany ogółem: 287.25 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.81 g; suma cukrów prostych: 70.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Serek almette 2szt. 60g, schab na kartki 40g, 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), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, arbus 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2704.32 kcal; Białko ogółem: 122.57 g; Tłuszcz: 87.07 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; Sól: 4.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.30 g; suma cukrów prostych: 79.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.41 g;

<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), arbus 200g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt..

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.17 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 94.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g;

<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbus 200g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt..

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2400.17 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 76.36 g; Węglowodany ogółem: 319.81 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.98 g; suma cukrów prostych: 94.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.72 g;

<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Serek almette 2szt. 60g, schab na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), arbus 200g, Kompot z owoców mroż b/c 250ml*.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.
<b>II Śniadanie:</b> Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g.		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2432.62 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 85.47 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; Sól: 4.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.98 g; suma cukrów prostych: 75.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Masło 15g*(2).
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2221.28 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 242.57 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.83 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Masło 15g*(2).	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*.
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2120.28 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 93.93 g; Węglowodany ogółem: 208.67 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 91.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g;

<b>czwartek 2025-06-26      Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Serek almette 2szt. 60g, schab na kartki 40g, 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), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, arbus 200g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka kons. 50g (11), Mix sałat 10g.



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), kiwi 1szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2948.44 kcal; Białko ogółem: 120.72 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 459.82 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.35 g; suma cukrów prostych: 154.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.73 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 410.71 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.91 g; suma cukrów prostych: 156.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b></span>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt.,chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2563.73 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 58.74 g; Węglowodany ogółem: 410.71 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.91 g; suma cukrów prostych: 156.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, kakao b/c 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopocka 40g (8), Mix салат 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, kiwi 1szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g, filet z dorsza parowany 100g (4,13),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 150g, Mix салат 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.04 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 295.31 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b></span>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g,	pomidorowa z makaronem350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), ziemniaki 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2149.10 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 77.63 g; Węglowodany ogółem: 250.37 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.52 g; suma cukrów prostych: 116.43 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g;

<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b></span>		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Masło 20g* (2).
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2072.50 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 93.87 g; Węglowodany ogółem: 197.21 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.44 g; suma cukrów prostych: 115.77 g; Błonnik pokarmowy: 16.86 g;

<b>piątek 2025-06-27</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b></span>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, kiwi 1szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3149.29 kcal; Białko ogółem: 136.79 g; Tłuszcz: 90.97 g; Węglowodany ogółem: 446.90 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 128.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;

piątek 2025-06-27 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</span>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mandarynki 150g, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2755.58 kcal; Białko ogółem: 127.81 g; Tłuszcz: 72.66 g; Węglowodany ogółem: 395.59 g; Sól: 3.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.10 g; suma cukrów prostych: 129.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

piątek 2025-06-27 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</span>		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopocka 40g (8), Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, Jogurt naturalny 150g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.04 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 295.31 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; suma cukrów prostych: 69.44 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Krupnik 350ml(1,8,13), wątróbka drobiowa smażona 100g z cebulką 50g (1), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Banan 1 szt, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3180.28 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 83.06 g; Węglowodany ogółem: 476.21 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.15 g; suma cukrów prostych: 133.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g;

<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Banan 1 szt, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2672.62 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 425.18 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.29 g; suma cukrów prostych: 155.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Banan 1 szt, Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	Pomidor 50g, Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2672.62 kcal; Białko ogółem: 109.36 g; Tłuszcz: 53.36 g; Węglowodany ogółem: 425.18 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.29 g; suma cukrów prostych: 155.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa b/c 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 soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Grejfrut 1/2 szt , surówka z ogórka kisz.120g(11,13), ziemniaki 250g.	Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g.
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g.		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.88 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 342.86 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.59 g; suma cukrów prostych: 68.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;

<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Napój roślinny 330g*.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2217.45 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 260.54 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.78 g; suma cukrów prostych: 94.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Napój roślinny 330g*, Masło 10g(2).
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2034.97 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 76.82 g; Węglowodany ogółem: 223.68 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 96.91 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;

<b>sobota 2025-06-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1</b>		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, szynka na kartki 40g, ogórek zielony 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. .	Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata 250g, Napój roślinny 330g*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3121.88 kcal; Białko ogółem: 121.53 g; Tłuszcz: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 489.57 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.20 g; suma cukrów prostych: 146.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.23 g;

<b>sobota 2025-06-28</b>	<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</b>	
--------------------------	--	--

masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Banan 1 szt, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Napój roślinny 330g*, Mix sałat 10g,
---	--	--

<b>II Śniadanie:</b> mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*.
---	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2794.62 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 55.56 g; Węglowodany ogółem: 444.98 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.48 g; suma cukrów prostych: 171.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;

<b>sobota 2025-06-28</b>	<b>Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</b>	
--------------------------	--	--

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 soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Grejfrut 1/2 szt., surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Napój roślinny 330g*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,
---	---	---

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.88 kcal; Białko ogółem: 106.10 g; Tłuszcz: 61.25 g; Węglowodany ogółem: 342.86 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.59 g; suma cukrów prostych: 68.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, 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 zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13) , ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3014.20 kcal; Białko ogółem: 134.12 g; Tłuszcz: 95.18 g; Węglowodany ogółem: 413.76 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.29 g; suma cukrów prostych: 103.28 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	polędwica wieśniowa 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 салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2556.40 kcal; Białko ogółem: 130.91 g; Tłuszcz: 70.89 g; Węglowodany ogółem: 351.72 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.77 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

niedziela 2025-06-29      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), twaróg 60g (2), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Pomidor 50g, polędwica wieśniowa 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), Mix салат 10g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2323.20 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 48.33 g; Węglowodany ogółem: 351.44 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.31 g; suma cukrów prostych: 90.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., Mix салат 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2627.65 kcal; Białko ogółem: 130.01 g; Tłuszcz: 98.31 g; Węglowodany ogółem: 305.15 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.77 g; suma cukrów prostych: 81.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Masło 15g*(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2192.82 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 92.92 g; Węglowodany ogółem: 232.78 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.64 g; suma cukrów prostych: 101.94 g; Błonnik pokarmowy: 20.00 g;

niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Sucharki 40g (1),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2152.46 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 84.93 g; Węglowodany ogółem: 229.95 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.79 g; suma cukrów prostych: 106.02 g; Błonnik pokarmowy: 18.46 g;

niedziela 2025-06-29      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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Napój owocowy 200ml 1szt. ,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13) , ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, gruszka 1 szt.,	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), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3294.20 kcal; Białko ogółem: 143.62 g; Tłuszcz: 109.18 g; Węglowodany ogółem: 436.81 g; Sól: 4.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.38 g; suma cukrów prostych: 112.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

<b>niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka gotowany 90g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, pomarańcza 1 szt, Sos koperkowy 100g (1,2),	Pomidor 50g, 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), Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2836.40 kcal; Białko ogółem: 140.41 g; Tłuszcz: 84.89 g; Węglowodany ogółem: 374.77 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.85 g; suma cukrów prostych: 99.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

<b>niedziela 2025-06-29      Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, herbata bez cukru 250ml, jogurt naturalny 150g(2) 1szt., rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,
<b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2598.25 kcal; Białko ogółem: 124.11 g; Tłuszcz: 97.25 g; Węglowodany ogółem: 306.75 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.11 g; suma cukrów prostych: 82.46 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

**Dietetyk**

.....