

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-07-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g (1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (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.	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , ogórek zielony 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3078.54 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 439.99 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.37 g; suma cukrów prostych: 115.91 g; Błonnik pokarmowy: 39.22 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
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 Tartare 3 szt (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*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2611.23 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 378.67 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 113.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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 Tartare 3 szt (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*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, truskawki 150g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2611.23 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 378.67 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 113.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, ogórek zielony 50g.
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2112.31 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 83.98 g; Węglowodany ogółem: 245.61 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.90 g; suma cukrów prostych: 62.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.12 g;

<b>poniedziałek 2025-07-14</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Płatki jęczmienne 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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), 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*, Salata zielona z sosem winegret 80g, kaszotto dieta 300g* (1,13).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2955.21 kcal; Białko ogółem: 124.73 g; Tłuszcz: 105.19 g; Węglowodany ogółem: 371.75 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.91 g; suma cukrów prostych: 107.09 g; Błonnik pokarmowy: 33.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-14      Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1.2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2289.20 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 83.89 g; Węglowodany ogółem: 275.56 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.53 g; suma cukrów prostych: 127.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g;

poniedziałek 2025-07-14      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*, brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2129.20 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 81.09 g; Węglowodany ogółem: 247.96 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.21 g; suma cukrów prostych: 125.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (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 sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), kapusta biała zasmażana z koperkiem 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Ser żółty 50g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2962.77 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 97.98 g; Węglowodany ogółem: 397.42 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.88 g; suma cukrów prostych: 97.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt., jabłko deserowe 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2234.14 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 90.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2234.14 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 90.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</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), rzodkiewka 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), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, 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), Ser żółty 50g(2), herbata bez cukru 250ml, papryka św. 50g,
<b>II Śniadanie:</b> kiwi 1szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2444.63 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 81.98 g; Węglowodany ogółem: 305.73 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), filet pieczony z indyka 40g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt., jabłko deserowe 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2902.67 kcal; Białko ogółem: 145.39 g; Tłuszcz: 93.61 g; Węglowodany ogółem: 365.26 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.67 g; suma cukrów prostych: 104.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g;

<b>wtorek 2025-07-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Banan 1 szt.

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2254.24 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 70.67 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; suma cukrów prostych: 131.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.54 g;

wtorek 2025-07-15		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2044.25 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 77.51 g; Węglowodany ogółem: 243.85 g; Sól: 1.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.13 g; suma cukrów prostych: 129.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.83 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.35 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 82.41 g; Węglowodany ogółem: 271.95 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 131.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

środa 2025-07-16		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.	Mięso mielone drobiowe 90g*, Koperkowa z ziemniakami 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, Herbata z cukrem 250ml*.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2024.15 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 80.78 g; Węglowodany ogółem: 231.30 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 129.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.90 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, filet pieczony z indyka 40g, papryka kons. 50g (11),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2798.27 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 78.76 g; Węglowodany ogółem: 381.67 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 108.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;

<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
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 homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, filet pieczony z indyka 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.35 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.42 g; suma cukrów prostych: 109.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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 homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, filet pieczony z indyka 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2369.35 kcal; Białko ogółem: 113.59 g; Tłuszcz: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.42 g; suma cukrów prostych: 109.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;

<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, sos marchewkowy 100g (1), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki,
II Śniadanie: gruszka 1 szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2681.00 kcal; Białko ogółem: 116.74 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 373.28 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 101.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g;

<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos marchewkowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, filet pieczony z indyka 40g, serek wiejski 60g (2), papryka kons. 50g (11),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2988.90 kcal; Białko ogółem: 142.46 g; Tłuszcz: 88.28 g; Węglowodany ogółem: 380.23 g; Sól: 4.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.61 g; suma cukrów prostych: 121.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g;

<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajko, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt., Napój roślinny 330g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.34 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 86.65 g; Węglowodany ogółem: 290.01 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.41 g; suma cukrów prostych: 141.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g;

<b>czwartek 2025-07-17      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajko, masło 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),

### Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt.
--	--	--

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2286.34 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 83.45 g; Węglowodany ogółem: 261.21 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.09 g; suma cukrów prostych: 133.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>piątek 2025-07-18      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
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,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3012.15 kcal; Białko ogółem: 113.15 g; Tłuszcz: 88.71 g; Węglowodany ogółem: 448.65 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.03 g; suma cukrów prostych: 158.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g;

<b>piątek 2025-07-18      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
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.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2510.38 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 402.17 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 155.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

<b>piątek 2025-07-18      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2510.38 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 402.17 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 155.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

<b>piątek 2025-07-18      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
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.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Surówka z kapusty kisz 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki .
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, gruszka 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2334.24 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 60.31 g; Węglowodany ogółem: 342.25 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 69.37 g; Błonnik pokarmowy: 37.96 g;

<b>piątek 2025-07-18      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kakao 250ml (1,2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Mix салат 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1).	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt ., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2809.98 kcal; Białko ogółem: 132.87 g; Tłuszcz: 75.80 g; Węglowodany ogółem: 406.15 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.35 g; suma cukrów prostych: 146.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.01 g;

<b>piątek 2025-07-18      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, kakao 250ml (1,2), Sucharki 40g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Botwinka z ziemniakami 350g(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*.
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2282.78 kcal; Białko ogółem: 110.36 g; Tłuszcz: 89.49 g; Węglowodany ogółem: 260.46 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 128.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-18		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, kakao 250ml (1,2),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2122.78 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 86.69 g; Węglowodany ogółem: 232.86 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.82 g; suma cukrów prostych: 127.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pieczeń rzymska z warzywami 100 g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ogórek konserwowy 50g* (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2859.67 kcal; Białko ogółem: 118.39 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 431.97 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 123.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g;

<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Nektarynka 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.30 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 62.52 g; Węglowodany ogółem: 363.08 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 126.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Herbata 250g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2433.30 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 62.52 g; Węglowodany ogółem: 363.08 g; Sól: 2.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 126.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</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), schab na kartki 40g, Pasta z fasoli 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g, <b>II Śniadanie:</b> jabłko deserowe 1 szt. ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2590.72 kcal; Białko ogółem: 120.82 g; Tłuszcz: 59.63 g; Węglowodany ogółem: 393.75 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.69 g; suma cukrów prostych: 83.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g;

<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), papryka św. 50g, Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g.	Herbata 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Ogórek konserwowy 50g* (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2945.25 kcal; Białko ogółem: 134.28 g; Tłuszcz: 90.50 g; Węglowodany ogółem: 389.94 g; Sól: 4.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.02 g; suma cukrów prostych: 139.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13).
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2300.40 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 279.32 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; suma cukrów prostych: 141.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;

<b>sobota 2025-07-19      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
---	--	--

### Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2140.40 kcal; Białko ogółem: 107.15 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 251.72 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.09 g; suma cukrów prostych: 140.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Kielbaska 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,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, Marchewka z groszkiem 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, kiwi 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2852.30 kcal; Białko ogółem: 132.33 g; Tłuszcz: 108.40 g; Węglowodany ogółem: 331.12 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.30 g; suma cukrów prostych: 78.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), 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), marchew gotowana 120g (1,2), 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), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2631.87 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 90.64 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.94 g; suma cukrów prostych: 110.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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, marchew gotowana 120g (1,2), 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), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2373.87 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 68.44 g; Węglowodany ogółem: 334.35 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 111.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</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), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, ogórek zielony 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kiwi 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2609.02 kcal; Białko ogółem: 129.94 g; Tłuszcz: 108.55 g; Węglowodany ogółem: 274.65 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.52 g; suma cukrów prostych: 53.21 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g,	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt., Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3187.62 kcal; Białko ogółem: 154.23 g; Tłuszcz: 119.44 g; Węglowodany ogółem: 367.61 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.11 g; suma cukrów prostych: 131.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

<b>niedziela 2025-07-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
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), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Ziemiaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2427.42 kcal; Białko ogółem: 104.15 g; Tłuszcz: 78.69 g; Węglowodany ogółem: 328.18 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 147.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g;

niedziela 2025-07-20		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 100g, marchew gotowana 120g (1,2).	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2022.32 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 75.70 g; Węglowodany ogółem: 241.67 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; suma cukrów prostych: 125.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

Dietetyk

.....