

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g,	Grochowa z ziem. 350ml (1,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, papryka kons. 50g (11), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2929.74 kcal; Białko ogółem: 113.60 g; Tłuszcz: 79.44 g; Węglowodany ogółem: 438.01 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; suma cukrów prostych: 129.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.89 g;

poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.25 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 388.92 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.17 g; suma cukrów prostych: 128.83 g; Błonnik pokarmowy: 17.60 g;

poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.25 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 55.65 g; Węglowodany ogółem: 388.92 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.17 g; suma cukrów prostych: 128.83 g; Błonnik pokarmowy: 17.60 g;

poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g.	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, papryka kons. 50g (11),
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2205.28 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 61.39 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.78 g; suma cukrów prostych: 63.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g;

poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
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, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2704.33 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 75.46 g; Węglowodany ogółem: 371.88 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.48 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

poniedziałek 2025-07-28 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.92 kcal; Białko ogółem: 118.48 g; Tłuszcz: 89.30 g; Węglowodany ogółem: 311.41 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.67 g; suma cukrów prostych: 151.10 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-07-28	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14	
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.92 kcal; Białko ogółem: 112.88 g; Tłuszcz: 86.50 g; Węglowodany ogółem: 283.81 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 149.70 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka 50g.
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2924.09 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 97.63 g; Węglowodany ogółem: 394.50 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.71 g; suma cukrów prostych: 100.00 g; Błonnik pokarmowy: 34.76 g;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt. 60g, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.20 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, arbuz 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.20 kcal; Białko ogółem: 104.29 g; Tłuszcz: 66.49 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.04 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek almette 2szt. 60g, Mix салат 10g.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2413.87 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 327.17 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.77 g; suma cukrów prostych: 88.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt. 60g, Mix салат 10g.	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, ser topiony 2 szt. 34g 92), Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g.
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2951.95 kcal; Białko ogółem: 134.84 g; Tłuszcz: 100.53 g; Węglowodany ogółem: 375.01 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.08 g; suma cukrów prostych: 120.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;

wtorek 2025-07-29 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.67 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 325.28 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.20 g; suma cukrów prostych: 127.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-07-29		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2252.87 kcal; Białko ogółem: 109.01 g; Tłuszcz: 75.56 g; Węglowodany ogółem: 289.48 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; suma cukrów prostych: 125.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	ogórkowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos boloński 120g+ser 20g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), śliwki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2844.74 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 85.67 g; Węglowodany ogółem: 401.84 g; Sól: 4.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 116.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.91 g;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.37 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.30 g; suma cukrów prostych: 110.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.37 kcal; Białko ogółem: 100.04 g; Tłuszcz: 60.41 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.30 g; suma cukrów prostych: 110.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	ogórkowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13),	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), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., śliwki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.31 kcal; Białko ogółem: 106.41 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węglowodany ogółem: 316.21 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kasza manna na mleku 350g (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), papryka św. 50g, Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor. 350g (1), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt (2), jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2854.65 kcal; Białko ogółem: 134.91 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 381.26 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.27 g; suma cukrów prostych: 126.77 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;

środa 2025-07-30 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2604.39 kcal; Białko ogółem: 124.47 g; Tłuszcz: 89.37 g; Węglowodany ogółem: 332.62 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.79 g; suma cukrów prostych: 144.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;

środa 2025-07-30		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2249.36 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 87.52 g; Węglowodany ogółem: 265.47 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.38 g; suma cukrów prostych: 142.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.28 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka duszony 90g , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2984.01 kcal; Białko ogółem: 122.71 g; Tłuszcz: 82.52 g; Węglowodany ogółem: 414.43 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 125.32 g; Błonnik pokarmowy: 36.89 g;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 51.53 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.20 g; suma cukrów prostych: 132.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.76 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 51.53 g; Węglowodany ogółem: 386.66 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.20 g; suma cukrów prostych: 132.58 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: Nektarynka 1szt.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, kiwi 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2615.33 kcal; Białko ogółem: 120.34 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 343.92 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.81 g; suma cukrów prostych: 72.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.84 g;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, szynka na kartki 40g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twaróg 60g (2), Mix салат 10g, Ser żółty 50g(2).	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3219.51 kcal; Białko ogółem: 152.58 g; Tłuszcz: 89.61 g; Węglowodany ogółem: 420.04 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.08 g; suma cukrów prostych: 149.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

czwartek 2025-07-31 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.75 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Tłuszcz: 84.34 g; Węglowodany ogółem: 329.46 g; Sól: 2.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 139.20 g; Błonnik pokarmowy: 31.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-31		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajko,masło 350ml* (1,2,3),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.45 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 81.35 g; Węglowodany ogółem: 262.91 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.24 g; suma cukrów prostych: 137.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250g*, Surówka z kapusty kisz 120g*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2921.20 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 89.04 g; Węglowodany ogółem: 420.18 g; Sól: 3.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.64 g; suma cukrów prostych: 142.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.93 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.82 g; suma cukrów prostych: 138.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2414.93 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 60.29 g; Węglowodany ogółem: 373.20 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.82 g; suma cukrów prostych: 138.29 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), filet pieczony z indyka 40g , Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Surówka z kapusty kisz 120g*, Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.74 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 59.04 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 71.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g(2), serek homog. nat. 60g.(2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , kakao 250ml (1,2), twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2739.93 kcal; Białko ogółem: 133.92 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 402.00 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.77 g; suma cukrów prostych: 114.50 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2435.40 kcal; Białko ogółem: 121.51 g; Tłuszcz: 91.07 g; Węglowodany ogółem: 283.54 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.34 g; suma cukrów prostych: 152.31 g; Błonnik pokarmowy: 18.47 g;

piątek 2025-08-01 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2270.40 kcal; Białko ogółem: 114.99 g; Tłuszcz: 87.87 g; Węglowodany ogółem: 254.74 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.02 g; suma cukrów prostych: 145.01 g; Błonnik pokarmowy: 21.71 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, szynka na kartki 40g, rzodkiewka 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,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.10 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 65.14 g; Węglowodany ogółem: 377.21 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.52 g; suma cukrów prostych: 86.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250g* , marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.22 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 59.28 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.87 g; suma cukrów prostych: 90.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250g* , marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.22 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 59.28 g; Węglowodany ogółem: 329.28 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.87 g; suma cukrów prostych: 90.36 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* , mizeria z jogurtem 120g (2), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2263.27 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 53.50 g; Węglowodany ogółem: 342.29 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.37 g; suma cukrów prostych: 66.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.21 g;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2853.06 kcal; Białko ogółem: 131.18 g; Tłuszcz: 90.18 g; Węglowodany ogółem: 381.38 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.04 g; suma cukrów prostych: 109.50 g; Błonnik pokarmowy: 33.73 g;

sobota 2025-08-02 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250g* , buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2111.68 kcal; Białko ogółem: 107.90 g; Tłuszcz: 78.38 g; Węglowodany ogółem: 242.33 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.01 g; suma cukrów prostych: 109.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;

sobota 2025-08-02		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1951.68 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 75.58 g; Węglowodany ogółem: 214.73 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.69 g; suma cukrów prostych: 107.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g*,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., gruszka 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2935.82 kcal; Białko ogółem: 126.85 g; Tłuszcz: 107.19 g; Węglowodany ogółem: 358.45 g; Sól: 4.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.12 g; suma cukrów prostych: 110.29 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*, ziemniaki 250g,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.57 kcal; Białko ogółem: 125.43 g; Tłuszcz: 85.55 g; Węglowodany ogółem: 298.21 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.25 g; suma cukrów prostych: 88.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;

niedziela 2025-08-03 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), twarożek 60g (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250g*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.37 kcal; Białko ogółem: 116.23 g; Tłuszcz: 62.59 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.86 g; suma cukrów prostych: 88.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., gruszka 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2724.62 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 107.60 g; Węglowodany ogółem: 307.45 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.33 g; suma cukrów prostych: 85.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.98 g;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kasza manna na mleku 350g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), twarożek 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), papryka św. 50g, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 1szt. 17g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2989.82 kcal; Białko ogółem: 147.44 g; Tłuszcz: 113.67 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; Sól: 4.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.29 g; suma cukrów prostych: 110.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g,	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.65 kcal; Białko ogółem: 118.28 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.48 g; suma cukrów prostych: 137.29 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

niedziela 2025-08-03 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 150 m (1,2,13), ziemniaki 100g, masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g, Masło 15g*(2).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2200.25 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz: 97.97 g; Węglowodany ogółem: 224.42 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.94 g; suma cukrów prostych: 115.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g;

Dietetyk

.....