

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	Grochowa z ziem. 350ml.(1,2,8,13), Makaron z truskawkami 350g (1,2,3), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	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: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.48 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 90.06 g; Węglowodany ogółem: 410.38 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.37 g; suma cukrów prostych: 113.45 g; Błonnik pokarmowy: 38.08 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Makaron z truskawkami 350g (1,2,3), krokiuty z wody 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml*,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.59 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; suma cukrów prostych: 114.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmieńne na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Makaron z truskawkami 350g (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, krokiuty z wody 120 g,	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: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.59 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 49.66 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.16 g; suma cukrów prostych: 114.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.44 kcal; Białko ogółem: 134.03 g; Tłuszcz: 83.34 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.00 g; suma cukrów prostych: 63.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;

poniedziałek 2025-07-07 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki jęczmieńne 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 na kartki 40g, twarożek 60g (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroz. 250ml*, krokiuty z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 60g (1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2843.35 kcal; Białko ogółem: 149.76 g; Tłuszcz: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 366.09 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.86 g; suma cukrów prostych: 114.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;

poniedziałek 2025-07-07**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),

Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.95 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 86.72 g; Węglowodany ogółem: 254.97 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 139.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

poniedziałek 2025-07-07**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),

Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2),

Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),

Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.95 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 86.72 g; Węglowodany ogółem: 254.97 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.17 g; suma cukrów prostych: 139.52 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;

Oddział: Szpital

Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix salat 10g,	Zupa minestrona 350ml (1,13), Kotlet z karczku po parysku 100g ¹ (1,3,13), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz. 250ml ⁴ ,	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g, Herbata z cukrem 250ml ⁴ , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , Ciastko zbożowe 1szt. , Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3040.61 kcal; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 90.60 g; Węglowodany ogółem: 433.23 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.19 g; suma cukrów prostych: 128.40 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml ⁴ , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), serek homog. nat. 60g(2), Pomidor 50g, Mix salat 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁴ , Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml ⁴ , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , Mus ryżowy 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.77 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; suma cukrów prostych: 114.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , serek homog. nat. 60g(2), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Pomidor 50g, Mix salat 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁴ ,	Herbata z cukrem 250ml ⁴ , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , Mus ryżowy 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.77 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 59.58 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.93 g; suma cukrów prostych: 114.84 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix salat 10g,	Zupa minestrona 350ml (1,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml ⁴ ,	Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
II Sniadanie: gruszka 1 szt.,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , Ciastko zbożowe 1szt. , Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.94 kcal; Białko ogółem: 129.09 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 407.20 g; Sól: 3.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 95.29 g; Błonnik pokarmowy: 47.27 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), filet pieczony z indyka 40g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml(2), serek homog. nat. 60g(2), Mix salat 10g,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁴ ,	Herbata z cukrem 250ml ⁴ , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), polędwica sopocka 50g(1,8), ogórek zielony 50g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , Mus ryżowy 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.10 kcal; Białko ogółem: 137.09 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 355.72 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.18 g; suma cukrów prostych: 112.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Papkowała 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g ¹ , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250ml ⁴ , ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g ¹ , bukiet warzyw dieta 120g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml ⁴ , Mus ryżowy 1szt, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.41 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 79.55 g; Węglowodany ogółem: 308.13 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 150.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;

wtorek 2025-07-08 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
--	--	--

Jadrosplisy dla oddziałów

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2221.41 kcal; Białko ogółem: 107.02 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 280.53 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.07 g; suma cukrów prostych: 149.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.40 g;

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix salat 10g.	Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. 250ml*, Surowka z pora i jabłka 120g*, Gotąbki 2 szt 200g* (13,8), Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), Poledwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), arbus 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3106.28 kcal; Białko ogółem: 119.01 g; Tłuszcz: 90.78 g; Węglowodany ogółem: 453.41 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.31 g; suma cukrów prostych: 136.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.48 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix salat 10g.	Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Poledwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), arbus 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.13 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 70.33 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 112.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix salat 10g.	Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. bez cukru 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Poledwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), arbus 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.13 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 70.33 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g; suma cukrów prostych: 112.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2). Mix salat 10g.	Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. bez cukru 250ml*, Surowka z pora i jabłka 120g*, Risotto dieta 300g* (13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , Poledwica sopocka 40g (8), Herbata bez cukru 250g, Ogórek konserwowy 50g* (11),
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, arbus 200g, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2700.58 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 82.63 g; Węglowodany ogółem: 375.89 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.19 g; suma cukrów prostych: 80.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.30 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , schab na kartki 40g, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Kawa zbożowa z makiem 250ml* (1,2), rzodkiewka 50g, Mix salat 10g.	Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroź. 250ml*, Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , ser topiony 2 szt. 34g 92), Poledwica sopocka drobiowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), arbus 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2834.33 kcal; Białko ogółem: 124.70 g; Tłuszcz: 89.03 g; Węglowodany ogółem: 374.60 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.80 g; suma cukrów prostych: 116.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

środa 2025-07-09 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroź. 250ml*, brokuly z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Kopernkowa z ziemiakami 350ml*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla Odurzaiów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.60 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 85.93 g; Węglowodany ogółem: 273.31 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; suma cukrów prostych: 140.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

środa 2025-07-09

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Kawa zbożowa z makiem 250g* (1,2), Placki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,

Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,

Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.60 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 85.93 g; Węglowodany ogółem: 273.31 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.16 g; suma cukrów prostych: 140.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Herbata z cukrem 250ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), mięso z udźca indyka duszone 90g, ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroz. 250ml, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2),	poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml, Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.80 kcal; Białko ogółem: 119.75 g; Tłuszcz: 67.72 g; Węglowodany ogółem: 393.43 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.82 g; suma cukrów prostych: 99.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), mięso z udźca indyka gotowane 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml, Napój roślinny 330g, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.78 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 360.08 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.95 g; suma cukrów prostych: 109.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), mięso z udźca indyka gotowane 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml, Napój roślinny 330g, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.78 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 47.77 g; Węglowodany ogółem: 360.08 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.95 g; suma cukrów prostych: 109.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroz. bez cukru 250ml, mięso z udźca indyka gotowane 90g, sos brokułowy 100ml(1,2),	poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata bez cukru 250g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, papryka św. 50g,
II Śniadanie: kiwi 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml, Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g, Nektarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2649.80 kcal; Białko ogółem: 125.55 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 388.81 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.63 g; suma cukrów prostych: 77.50 g; Błonnik pokarmowy: 37.33 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
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), filet pieczony z indyka 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Jajko na twardo 1 szt. 50g (3), Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), mięso z udźca indyka gotowane 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroz. 250ml, sos brokułowy 100ml(1,2),	Herbata z cukrem 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Keifir 150g(2) 1szt., poledwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml, Napój roślinny 330g, Nektarynka 1szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2817.28 kcal; Białko ogółem: 134.76 g; Tłuszcz: 71.62 g; Węglowodany ogółem: 384.98 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.06 g; suma cukrów prostych: 119.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroz. 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml, Banan 1 szt, Napój roślinny 330g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.87 kcal; Białko ogółem: 112.23 g; Tłuszcz: 79.65 g; Węglowodany ogółem: 310.03 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.05 g; suma cukrów prostych: 131.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

czwartek 2025-07-10 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
---	--	--

Podrospisy iia podziatow

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, maslo 350ml*,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owocow mroz. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosol z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Maslo 10g(2),
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.67 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 85.10 g; Węglowodany ogółem: 282.50 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 129.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g;

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), rzodkiewka 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix salat 10g,	Szpinakowa z łanymi kłuskami 350ml (1,2,3,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), surowka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.30 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 90.23 g; Węglowodany ogółem: 414.19 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; suma cukrów prostych: 146.18 g; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
Ryż na mleku 350 ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix salat 10g,	Szpinakowa z łanymi kłuskami 350ml (1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.76 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 58.80 g; Węglowodany ogółem: 373.61 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; suma cukrów prostych: 145.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix salat 10g,	Szpinakowa z łanymi kłuskami 350ml (1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2410.76 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 58.80 g; Węglowodany ogółem: 373.61 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; suma cukrów prostych: 145.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwostrawialnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, schab na kartki 40g, Kakao b/c 250 ml, Mix salat 10g,	Szpinakowa z łanymi kłuskami 350ml (1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surowka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.40 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 63.89 g; Węglowodany ogółem: 335.08 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.31 g; suma cukrów prostych: 57.30 g; Błonnik pokarmowy: 38.13 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Ryż na mleku 350 ml(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Ser żółty 40g (2), schab na kartki 40g, rzodkiewka 50g, kakao 250ml (1,2), Mix salat 10g,	Szpinakowa z łanymi kłuskami 350ml (1,2,3,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka na kartki 40g, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, truskawki 150g , Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2676.96 kcal; Białko ogółem: 137.38 g; Tłuszcz: 82.55 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.81 g; suma cukrów prostych: 108.68 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-11 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajko,masło 350ml, bulka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinakowa z łanymi kłuskami 350ml (1,2,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.40 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; Tłuszcz: 88.72 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g; Sól: 3.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.94 g; suma cukrów prostych: 141.54 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-07-11		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml [†] , Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g [†] , marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2),	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 [†] , Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2351.40 kcal; Białko ogółem: 112.87 g; Tłuszcz: 100.92 g; Węglowodany ogółem: 247.84 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.83 g; suma cukrów prostych: 139.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.05 g;

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
-----------------------------------	-------------------------------	----------------------------------

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ser topiony 2 szt. 34g 92), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml ⁴ , chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml ^(1,8,13) , Kotlet mielony 100 g (1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml ⁴ , ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Pomidor 50g,
---	---	---

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml⁴, gruszka 1 szt., Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3019.05 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 101.77 g; Węglowodany ogółem: 408.09 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 113.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml ^(1,8,13) , brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml ⁴ , Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Pomidor 50g,
--	--	---

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml⁴, jabłko deserowe 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.85 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 69.06 g; Węglowodany ogółem: 331.32 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.86 g; suma cukrów prostych: 92.53 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml ^(1,8,13) , brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml ⁴ , Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Połędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml ⁴ , Pomidor 50g,
--	--	---

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml⁴, jabłko deserowe 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2157.65 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 46.50 g; Węglowodany ogółem: 331.04 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.40 g; suma cukrów prostych: 92.73 g; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml ^(1,2) , Mix салат 10g,	Krupnik 350ml ^(1,8,13) , Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml ⁴ , ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
---	---	---

II Śniadanie: pomarańcza 1 szt,

Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml⁴, gruszka 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2776.12 kcal; Białko ogółem: 121.50 g; Tłuszcz: 83.91 g; Węglowodany ogółem: 386.30 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.21 g; suma cukrów prostych: 93.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml ⁽²⁾ , herbata z cukrem 250ml ⁴ , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), papryka św. 50g, serek wiejski 60g (2), kajzerka 50g (1), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml ^(1,8,13) , brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml ⁴ , Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml ⁴ , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g,
--	--	---

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml⁴, jabłko deserowe 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2858.95 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 94.29 g; Węglowodany ogółem: 371.23 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; suma cukrów prostych: 116.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Papkowata 12

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml jajo,masło 350ml, sucharki 30g(1),	Krupnik 350ml ^(1,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g ⁴ , Kompot z owoców mroż. 250ml ⁴ , brokuly z wody 120 g,	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g ⁴ ,
---	--	--

Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml⁴, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2218.57 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 75.63 g; Węglowodany ogółem: 279.34 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.38 g; suma cukrów prostych: 152.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;

sobota 2025-07-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Plan diety na 1 dzień (1000 kcal)

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.37 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 81.78 g; Węglowodany ogółem: 258.71 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.61 g; suma cukrów prostych: 151.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g;

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), ogórek zielony 50g, Herbata z cukrem 250ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udło pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml, rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml, brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2593.53 kcal; Białko ogółem: 125.44 g; Tłuszcz: 85.38 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.85 g; suma cukrów prostych: 88.50 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

niedziela 2025-07-13		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na karci 40g, twaróg 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udło gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.31 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 59.51 g; Węglowodany ogółem: 302.03 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.79 g; suma cukrów prostych: 87.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;

niedziela 2025-07-13		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na karci 40g, twaróg 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udło gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, mus warzywno-owocowy 100g, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2199.51 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 60.23 g; Węglowodany ogółem: 302.19 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.43 g; suma cukrów prostych: 87.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;

niedziela 2025-07-13		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), ogórek zielony 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udło gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml,	chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml, brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.33 kcal; Białko ogółem: 131.22 g; Tłuszcz: 86.73 g; Węglowodany ogółem: 326.83 g; Sól: 3.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.22 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g;

niedziela 2025-07-13		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Płatki jęczmieńne na mleku 350 ml(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, ogórek zielony 50g, Ser żółty 50g(2), twaróg 60g (2), Herbata z cukrem 250ml, Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udło gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polewka wiśniowa 40g (1,2,11,13), schab na karci 40g, Herbata z cukrem 250ml, rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, mus warzywno-owocowy 100g, brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.51 kcal; Białko ogółem: 142.66 g; Tłuszcz: 84.70 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.68 g; suma cukrów prostych: 89.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;

niedziela 2025-07-13		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Płatki jęczmieńne na ml, jajo, masło 350ml (1,2,3), bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml, Mięso mielone drobiowe 90g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2),	Herbata 250g, Gryśkiewa 350ml(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.45 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 92.83 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 144.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

niedziela 2025-07-13

Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14

Herbata z cukrem 250ml*, Plątki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),

Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2), ziemniaki 100g,

Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2),

Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2382.85 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 105.29 g; Węglowodany ogółem: 256.68 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.35 g; suma cukrów prostych: 123.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;