

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2025-08-04 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), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 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,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2839.88 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 79.06 g; Węglowodany ogółem: 424.53 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.03 g; suma cukrów prostych: 119.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.55 g;

poniedziałek 2025-08-04 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 na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 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*,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.54 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 58.87 g; Węglowodany ogółem: 364.86 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; suma cukrów prostych: 123.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

poniedziałek 2025-08-04 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 na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2335.54 kcal; Białko ogółem: 89.70 g; Tłuszcz: 58.87 g; Węglowodany ogółem: 364.86 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.64 g; suma cukrów prostych: 123.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;

poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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 sałat 10g, II Śniadanie: Nektarynka 1szt,	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml(1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	herbata bez cukru 250ml, 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,
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.01 kcal; Białko ogółem: 118.34 g; Tłuszcz: 78.61 g; Węglowodany ogółem: 341.61 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 70.17 g; Błonnik pokarmowy: 46.55 g;

poniedziałek 2025-08-04 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 na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), rzodkiewka 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), kaszotto dieta 300g* (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 60g (1,2,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.97 kcal; Białko ogółem: 128.52 g; Tłuszcz: 92.64 g; Węglowodany ogółem: 321.17 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.04 g; suma cukrów prostych: 115.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Papkowata 12
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), 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]: 2126.54 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 82.08 g; Węglowodany ogółem: 236.24 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.36 g; suma cukrów prostych: 133.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

poniedziałek 2025-08-04			Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), 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]: 2126.54 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 82.08 g; Węglowodany ogółem: 236.24 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.36 g; suma cukrów prostych: 133.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (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*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt , Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2964.23 kcal; Białko ogółem: 119.02 g; Tłuszcz: 89.52 g; Węglowodany ogółem: 421.08 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.61 g; suma cukrów prostych: 124.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, 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 , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.42 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 115.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

wtorek 2025-08-05 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 , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2387.42 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.23 g; suma cukrów prostych: 115.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

wtorek 2025-08-05 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), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g , Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt , Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2657.73 kcal; Białko ogółem: 129.74 g; Tłuszcz: 79.34 g; Węglowodany ogółem: 360.79 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; suma cukrów prostych: 75.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g;

wtorek 2025-08-05 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), papryka św. 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), filet pieczony z indyka 40g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 50g(2), połędwica sopočka 50g(1,8), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2778.35 kcal; Białko ogółem: 142.33 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 377.90 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 133.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

wtorek 2025-08-05 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, 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., Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.19 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 79.53 g; Węglowodany ogółem: 307.61 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.38 g; suma cukrów prostych: 150.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-08-05		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.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]: 2219.19 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 76.73 g; Węglowodany ogółem: 280.01 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.06 g; suma cukrów prostych: 148.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (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 mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2,13), Gołąbki 2 szt 200g* (13,8), Sos pomidorowy 100ml (1,2), ziemniaki 250g.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica 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), arbuż 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3062.78 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 86.59 g; Węglowodany ogółem: 453.89 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.02 g; suma cukrów prostych: 128.26 g; Błonnik pokarmowy: 42.66 g;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), arbuż 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.92 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 114.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;

środa 2025-08-06 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), schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), arbuż 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.92 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 364.67 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.44 g; suma cukrów prostych: 114.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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 sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Ogórek konserwowy 50g* (11).
II Śniadanie: gruszka 1 szt.,		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, arbuż 200g, mus warzywno-owocowy 100g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.27 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 394.11 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 88.27 g; Błonnik pokarmowy: 42.56 g;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g, schab na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	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), arbuż 200g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2979.52 kcal; Białko ogółem: 131.25 g; Tłuszcz: 96.97 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; Sól: 4.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.87 g; suma cukrów prostych: 118.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

środa 2025-08-06 Jadłospis dla diety: Pakowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 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 oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.37 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 87.99 g; Węglowodany ogółem: 279.22 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 143.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

środa 2025-08-06		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	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]: 2345.37 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 87.99 g; Węglowodany ogółem: 279.22 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 143.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2025-08-07 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 fasoli 60g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13), ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g,
		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt, Napój roślinny 330g*, brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2750.22 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 66.37 g; Węglowodany ogółem: 406.10 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.17 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.23 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 353.08 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.92 g; suma cukrów prostych: 100.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), serek wiejski 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.23 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 47.42 g; Węglowodany ogółem: 353.08 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.92 g; suma cukrów prostych: 100.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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 fasoli 60g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 90g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, papryka św. 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posilek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt, Napój roślinny 330g*, brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.50 kcal; Białko ogółem: 125.78 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 399.16 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.65 g; suma cukrów prostych: 74.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.66 g;

czwartek 2025-08-07 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), filet pieczony z indyka 40g, serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, Pasta z fasoli 60g, Mix салат 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kefir 150g(2) 1szt., polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2),
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3091.13 kcal; Białko ogółem: 150.01 g; Tłuszcz: 81.38 g; Węglowodany ogółem: 426.83 g; Sól: 4.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.86 g; suma cukrów prostych: 128.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g;

czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 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,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.92 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 79.77 g; Węglowodany ogółem: 310.09 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.06 g; suma cukrów prostych: 129.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), 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, Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Napój roślinny 330g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.72 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 85.22 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 128.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-08 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 sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), surówka 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*, jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.90 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 84.48 g; Węglowodany ogółem: 431.85 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.64 g; suma cukrów prostych: 151.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.67 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 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 sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, 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*, jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.59 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 50.99 g; Węglowodany ogółem: 385.36 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.50 g; suma cukrów prostych: 147.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

piątek 2025-08-08 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 sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), brokuły z wody 120 g, 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*, jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2379.59 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 50.99 g; Węglowodany ogółem: 385.36 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.50 g; suma cukrów prostych: 147.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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 sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka 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: śliwki 150g.		
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.50 kcal; Białko ogółem: 113.96 g; Tłuszcz: 56.59 g; Węglowodany ogółem: 364.09 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.42 g; suma cukrów prostych: 71.29 g; Błonnik pokarmowy: 41.64 g;

piątek 2025-08-08 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), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), schab na kartki 40g, rzodkiewka 50g, kakao 250ml (1,2), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, 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*, jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2665.79 kcal; Białko ogółem: 130.21 g; Tłuszcz: 78.74 g; Węglowodany ogółem: 364.17 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.23 g; suma cukrów prostych: 116.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;

piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, bułka wroclawska 100g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*.	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły 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]: 2440.73 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 80.91 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.53 g; suma cukrów prostych: 137.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, 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]: 2294.73 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 93.11 g; Węglowodany ogółem: 252.84 g;
Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.42 g; suma cukrów prostych: 135.89 g; Błonnik pokarmowy: 21.71 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Kotlet mielony 100 g (1,2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, gruszka 1 szt., Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3128.61 kcal; Białko ogółem: 120.58 g; Tłuszcz: 109.38 g; Węglowodany ogółem: 407.94 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 112.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;

sobota 2025-08-09 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 homog. nat. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2652.69 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 78.77 g; Węglowodany ogółem: 376.89 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.45 g; suma cukrów prostych: 126.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;

sobota 2025-08-09 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 homog. nat. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.49 kcal; Białko ogółem: 105.83 g; Tłuszcz: 56.21 g; Węglowodany ogółem: 376.61 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.00 g; suma cukrów prostych: 126.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;

sobota 2025-08-09 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), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g,	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, gruszka 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2901.76 kcal; Białko ogółem: 126.01 g; Tłuszcz: 97.07 g; Węglowodany ogółem: 377.67 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.47 g; suma cukrów prostych: 85.27 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, serek homog. nat. 60g(2), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3190.44 kcal; Białko ogółem: 142.11 g; Tłuszcz: 104.47 g; Węglowodany ogółem: 412.75 g; Sól: 3.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.65 g; suma cukrów prostych: 147.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, sucharki 30g*(1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2329.73 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 80.39 g; Węglowodany ogółem: 296.85 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.89 g; suma cukrów prostych: 163.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

sobota 2025-08-09 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	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]: 2284.53 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 86.54 g; Węglowodany ogółem: 276.22 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.12 g; suma cukrów prostych: 162.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmienne 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 topiony 2 szt. 34g 92), ogórek zielony 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Ciastko zbożowe 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.63 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 78.09 g; Węglowodany ogółem: 328.25 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.88 g; suma cukrów prostych: 85.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, twarożek 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2142.82 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 60.67 g; Węglowodany ogółem: 286.63 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.03 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, twarożek 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2150.02 kcal; Białko ogółem: 117.50 g; Tłuszcz: 61.39 g; Węglowodany ogółem: 286.79 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.67 g; suma cukrów prostych: 77.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Z ogran. 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, twarożek 60g (2), ogórek zielony 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka bułgarska120g.(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), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g.
II Śniadanie: kiwi 1szt.,		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Ciastko zbożowe 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.23 kcal; Białko ogółem: 126.29 g; Tłuszcz: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 326.13 g; Sól: 3.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.30 g; suma cukrów prostych: 63.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki jęczmienne 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 topiony 2 szt. 34g 92), twarożek 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Serek almette 2szt. 60g, Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt, Ciastko zbożowe 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2713.67 kcal; Białko ogółem: 139.47 g; Tłuszcz: 96.06 g; Węglowodany ogółem: 321.82 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.25 g; suma cukrów prostych: 102.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;

niedziela 2025-08-10		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Platki jęczmienne 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, Grysikowa 350ml*(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Jadłospisy dla oddziałów

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 2025-08-10		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki 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;

Dietetyk

.....