

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt. 60g , szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, jajko w sosie chrzanowym 2szt (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jabłko deserowe 1 szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3088.06 kcal; Białko ogółem: 120.77 g; Tłuszcz: 98.02 g; Węglowodany ogółem: 425.51 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.64 g; suma cukrów prostych: 127.85 g; Błonnik pokarmowy: 41.11 g;

poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 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, Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Serek almette 2szt. 60g , Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.80 kcal; Białko ogółem: 117.08 g; Tłuszcz: 65.01 g; Węglowodany ogółem: 354.27 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 121.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jabłko deserowe 1 szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2447.80 kcal; Białko ogółem: 117.08 g; Tłuszcz: 65.01 g; Węglowodany ogółem: 354.27 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.36 g; suma cukrów prostych: 121.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

poniedziałek 2025-08-18 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Serek almette 2szt. 60g , Mix sałat 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż b/c 250ml*, jajko w sosie chrzanowym 2szt (1,2,3), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, papryka św. 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
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]: 2842.06 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 92.79 g; Węglowodany ogółem: 386.92 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.28 g; suma cukrów prostych: 94.63 g; Błonnik pokarmowy: 44.81 g;

poniedziałek 2025-08-18 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, Serek almette 2szt. 60g , Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2964.27 kcal; Białko ogółem: 136.84 g; Tłuszcz: 91.38 g; Węglowodany ogółem: 394.07 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.41 g; suma cukrów prostych: 144.73 g; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-18		Jadłospis dla diety: Papkowata 12
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2444.52 kcal; Białko ogółem: 118.68 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 285.12 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.74 g; suma cukrów prostych: 146.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g;

poniedziałek 2025-08-18		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.52 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 90.92 g; Węglowodany ogółem: 257.52 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.42 g; suma cukrów prostych: 144.66 g; Błonnik pokarmowy: 27.43 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , ser topiony 2 szt. 34g 92), Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g,	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kotlet z karczku po parysku 100g* (1,3,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.95 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 85.75 g; Węglowodany ogółem: 385.13 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.50 g; suma cukrów prostych: 97.65 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , kasza manna na mleku 350g (1,2), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.36 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 48.09 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.81 g; suma cukrów prostych: 96.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350g (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , twarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2257.36 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 48.09 g; Węglowodany ogółem: 341.14 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.81 g; suma cukrów prostych: 96.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , twarożek 60g (2), Mix салат 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, ziemniaki 250g, 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), rzodkiewka 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.98 kcal; Białko ogółem: 128.16 g; Tłuszcz: 62.03 g; Węglowodany ogółem: 337.49 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.33 g; suma cukrów prostych: 75.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, twarożek 60g (2), filet pieczony z indyka 40g , kasza manna na mleku 350g (1,2), ser topiony 2 szt. 34g 92), Mix салат 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek wiejski 60g (2), Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.58 kcal; Białko ogółem: 145.41 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 376.52 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.44 g; suma cukrów prostych: 120.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.38 kcal; Białko ogółem: 116.34 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 286.45 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.20 g; suma cukrów prostych: 118.97 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;

wtorek 2025-08-19 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2037.28 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 77.09 g; Węglowodany ogółem: 232.20 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.86 g; suma cukrów prostych: 117.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z fasoli 60g , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g , ziemniaki 250g, Sos pomidorowy 100ml (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3085.81 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 77.73 g; Węglowodany ogółem: 485.60 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.06 g; suma cukrów prostych: 155.18 g; Błonnik pokarmowy: 50.58 g;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.30 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 390.88 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 135.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2645.30 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 390.88 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 135.54 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pasta z fasoli 60g , papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, gruszka 1 szt., mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2561.63 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 63.66 g; Węglowodany ogółem: 392.56 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; suma cukrów prostych: 76.97 g; Błonnik pokarmowy: 47.75 g;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pasta z fasoli 60g , Mix салат 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3181.43 kcal; Białko ogółem: 135.23 g; Tłuszcz: 95.41 g; Węglowodany ogółem: 447.93 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.98 g; suma cukrów prostych: 150.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.97 g;

środa 2025-08-20 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2450.41 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 89.82 g; Węglowodany ogółem: 295.87 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.56 g; suma cukrów prostych: 150.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g;

środa 2025-08-20		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2290.41 kcal; Białko ogółem: 112.86 g; Tłuszcz: 87.02 g; Węglowodany ogółem: 268.27 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 149.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), ziemniaki 250g, 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), papryka kons. 50g (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, arbus 200g, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2701.65 kcal; Białko ogółem: 123.49 g; Tłuszcz: 74.85 g; Węglowodany ogółem: 362.74 g; Sól: 3.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.15 g; suma cukrów prostych: 106.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;

czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g, 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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g*, arbus 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.77 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 108.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g;

czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g, 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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g*, arbus 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2381.77 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 63.50 g; Węglowodany ogółem: 323.65 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.94 g; suma cukrów prostych: 108.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g;

czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, serek homog. nat. 60g.(2), schab na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), papryka kons. 50g (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, arbus 200g, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.12 kcal; Białko ogółem: 118.55 g; Tłuszcz: 80.93 g; Węglowodany ogółem: 315.27 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 78.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2), Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, marchew gotowana 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Serek almette 2szt. 60g , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), papryka kons. 50g (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g*, arbus 200g, Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3061.32 kcal; Białko ogółem: 141.08 g; Tłuszcz: 107.55 g; Węglowodany ogółem: 359.46 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.54 g; suma cukrów prostych: 132.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.88 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 82.26 g; Węglowodany ogółem: 276.15 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.27 g; suma cukrów prostych: 142.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;

czwartek 2025-08-21		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2196.88 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 79.46 g; Węglowodany ogółem: 248.55 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 141.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-22 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), Pomidor 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt , mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2989.76 kcal; Białko ogółem: 117.04 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 437.31 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 153.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.47 g;

piątek 2025-08-22 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), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.96 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 55.40 g; Węglowodany ogółem: 387.40 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.31 g; suma cukrów prostych: 147.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-08-22 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), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2437.96 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 55.40 g; Węglowodany ogółem: 387.40 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.31 g; suma cukrów prostych: 147.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

piątek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, kakao b/c 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), Polędwica sopocka 40g (8), Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, filet z dorsza parowany 100g (4,13),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g , rzodkiewka 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt , mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.51 kcal; Białko ogółem: 112.01 g; Tłuszcz: 59.37 g; Węglowodany ogółem: 341.90 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.36 g; suma cukrów prostych: 73.74 g; Błonnik pokarmowy: 39.76 g;

piątek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g, Polędwica sopocka 40g (8), kakao 250ml (1,2), twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z kiszzonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, ser topiony 2 szt. 34g 92), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.72 kcal; Białko ogółem: 130.27 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 349.39 g; Sól: 4.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.03 g; suma cukrów prostych: 115.12 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

piątek 2025-08-22 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g,	pomidorowa z makaronem 350ml(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.11 kcal; Białko ogółem: 120.41 g; Tłuszcz: 82.12 g; Węglowodany ogółem: 301.65 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g; suma cukrów prostych: 149.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-08-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
kakao 250ml (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2148.01 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 79.19 g; Węglowodany ogółem: 247.40 g; Sól: 2.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.56 g; suma cukrów prostych: 147.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-08-23		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.48 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 76.75 g; Węglowodany ogółem: 359.35 g; Sól: 3.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; suma cukrów prostych: 92.88 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g;

sobota 2025-08-23		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.88 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.60 g; suma cukrów prostych: 96.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;

sobota 2025-08-23		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Pomidor 50g, herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2170.88 kcal; Białko ogółem: 102.18 g; Tłuszcz: 52.13 g; Węglowodany ogółem: 331.58 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.60 g; suma cukrów prostych: 96.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;

sobota 2025-08-23		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g,	Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2422.71 kcal; Białko ogółem: 114.54 g; Tłuszcz: 68.65 g; Węglowodany ogółem: 339.30 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.29 g; suma cukrów prostych: 63.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

sobota 2025-08-23		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz drobiowy 120g*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g,	Pomidor 50g, herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), schab na kartki 40g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt, Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2696.21 kcal; Białko ogółem: 135.49 g; Tłuszcz: 77.83 g; Węglowodany ogółem: 364.74 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; suma cukrów prostych: 116.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;

sobota 2025-08-23		
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. 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2458.78 kcal; Białko ogółem: 117.34 g; Tłuszcz: 77.30 g; Węglowodany ogółem: 330.52 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.55 g; suma cukrów prostych: 132.64 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g;

sobota 2025-08-23		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaczana 350 ml m (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, 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]: 2116.30 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 266.06 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.18 g; suma cukrów prostych: 133.22 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2025-08-24		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), ogórek zielony 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab duszony 90g, ziemniaki 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos musztardowy 100ml (1,2,11),	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , rzodkiewka 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, śliwki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2902.81 kcal; Białko ogółem: 128.45 g; Tłuszcz: 98.63 g; Węglowodany ogółem: 368.86 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.38 g; suma cukrów prostych: 94.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g;

niedziela 2025-08-24		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2517.47 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 77.50 g; Węglowodany ogółem: 339.54 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.83 g; suma cukrów prostych: 91.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.65 g;

niedziela 2025-08-24		
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), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	Pomidor 50g, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki .
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.27 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 54.94 g; Węglowodany ogółem: 339.26 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.38 g; suma cukrów prostych: 91.83 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;

niedziela 2025-08-24		
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), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix салат 10g, II Śniadanie: arbuz 200g.	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , śliwki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2723.04 kcal; Białko ogółem: 128.55 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.28 g; suma cukrów prostych: 78.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.74 g;

niedziela 2025-08-24		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kasza manna na mleku 350g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pasta z tuńczyka 60g(2,4,13), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 10g.	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z kapusty pekińskiej 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2),	filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, twaróg krajanka 40g (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3027.81 kcal; Białko ogółem: 152.59 g; Tłuszcz: 102.35 g; Węglowodany ogółem: 366.80 g; Sól: 4.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.90 g; suma cukrów prostych: 109.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

niedziela 2025-08-24		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 15g*(2).
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.82 kcal; Białko ogółem: 117.71 g; Tłuszcz: 96.72 g; Węglowodany ogółem: 308.58 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.51 g; suma cukrów prostych: 140.44 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;

niedziela 2025-08-24		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2023.77 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 218.01 g; Sól: 2.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.97 g; suma cukrów prostych: 135.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;

Dietetyk

.....