

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.87 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 80.58 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.43 g; suma cukrów prostych: 146.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

niedziela 2025-08-17		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, ziemniaki 100g, marchew gotowana 120g (1,2).	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2024.77 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 238.27 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.09 g; suma cukrów prostych: 124.83 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Fasolowa z ziemniakami 350ml*(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, śliwki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3117.46 kcal; Białko ogółem: 123.55 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 467.39 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.83 g; suma cukrów prostych: 133.46 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g;

<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, pomarańcza 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2642.55 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 410.98 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.85 g; suma cukrów prostych: 122.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g;

<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2642.55 kcal; Białko ogółem: 106.00 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 410.98 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.85 g; suma cukrów prostych: 122.01 g; Błonnik pokarmowy: 35.26 g;

<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g(1,2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, ogórek zielony 50g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, śliwki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.62 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 77.24 g; Węglowodany ogółem: 311.51 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.62 g; suma cukrów prostych: 84.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;

<b>poniedziałek 2025-08-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, pomarańcza 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3405.82 kcal; Białko ogółem: 134.46 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 496.91 g; Sól: 4.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.60 g; suma cukrów prostych: 133.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.52 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-08-11 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata 12</span>		
herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2386.77 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 83.05 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; Sól: 2.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 127.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

poniedziałek 2025-08-11 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</span>		
herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2226.77 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 80.25 g; Węglowodany ogółem: 272.45 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 125.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;

**Dietetyk**

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2197.19 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 67.09 g; Węglowodany ogółem: 297.96 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.92 g; suma cukrów prostych: 130.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

wtorek 2025-08-12		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1987.20 kcal; Białko ogółem: 94.96 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 238.12 g; Sól: 1.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.00 g; suma cukrów prostych: 128.80 g; Błonnik pokarmowy: 18.15 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2213.88 kcal; Białko ogółem: 110.44 g; Tłuszcz: 82.43 g; Węglowodany ogółem: 259.50 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 131.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;

środa 2025-08-13		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*.	Mięso mielone drobiowe 90g*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g.	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2).

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

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>Oddział: Szpital</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posilek nocny</b>
<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Kapuśniak 350ml (1,8,11), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g w sosie własnym , sałatka z buraków 120g (3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet pieczony z indyka 40g , papryka kons. 50g (11),
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2706.12 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 68.73 g; Węglowodany ogółem: 393.83 g; Sól: 3.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.85 g; suma cukrów prostych: 118.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g;

<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2413.07 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 58.63 g; Węglowodany ogółem: 359.11 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 119.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2413.07 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 58.63 g; Węglowodany ogółem: 359.11 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 119.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g;

<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Sos koperkowy 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), filet pieczony z indyka 40g , papryka kons. 50g (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
<b>II Śniadanie:</b> śliwki 150g,		
		<b>Posilek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2596.72 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 72.03 g; Węglowodany ogółem: 358.58 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 89.29 g; Błonnik pokarmowy: 35.58 g;

<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), ogórek zielony 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g, Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, 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 , serek wiejski 60g (2), papryka kons. 50g (11),
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3032.62 kcal; Białko ogółem: 133.01 g; Tłuszcz: 97.59 g; Węglowodany ogółem: 385.87 g; Sól: 4.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.66 g; suma cukrów prostych: 130.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;

<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Napój roślinny 330g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2330.79 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz: 83.56 g; Węglowodany ogółem: 269.43 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.30 g; suma cukrów prostych: 132.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g;

<b>czwartek 2025-08-14      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),

## Jadłospisy dla oddziałów

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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2165.79 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 80.36 g; Węglowodany ogółem: 240.63 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.98 g; suma cukrów prostych: 125.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.85 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), dżem 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3017.36 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 449.61 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.81 g; suma cukrów prostych: 159.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.27 g;

<b>piątek 2025-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g (1), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g, 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,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2507.18 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 56.84 g; Węglowodany ogółem: 399.57 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 152.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

<b>piątek 2025-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 50g (1), masło 10g - 1 szt. (2), dżem 50g, twaróg krajanka 50g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2507.18 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 56.84 g; Węglowodany ogółem: 399.57 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 152.50 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

<b>piątek 2025-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, kakao bez cukru 250ml (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.30 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 62.29 g; Węglowodany ogółem: 338.56 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.74 g; suma cukrów prostych: 72.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.43 g;

<b>piątek 2025-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), kajzerka 50g (1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, kakao 250ml (1,2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Filet z miruny parowany 100g (4,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2813.76 kcal; Białko ogółem: 136.19 g; Tłuszcz: 70.74 g; Węglowodany ogółem: 409.66 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.25 g; suma cukrów prostych: 148.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

<b>piątek 2025-08-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Platki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3), kakao 250ml (1,2), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2408.28 kcal; Białko ogółem: 112.19 g; Tłuszcz: 93.91 g; Węglowodany ogółem: 279.82 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.58 g; suma cukrów prostych: 146.14 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-08-15		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3), kakao 250ml (1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2248.28 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 91.11 g; Węglowodany ogółem: 252.22 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.26 g; suma cukrów prostych: 144.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-08-16		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Botwinka z ziemniakami 350g(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2106.70 kcal; Białko ogółem: 103.25 g; Tłuszcz: 77.81 g; Węglowodany ogółem: 252.29 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.51 g; suma cukrów prostych: 135.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.65 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), rzodkiewka 50g, kajzerka 1szt(1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, gruszka 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2934.22 kcal; Białko ogółem: 134.56 g; Tłuszcz: 111.85 g; Węglowodany ogółem: 343.54 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.84 g; suma cukrów prostych: 94.67 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

<b>niedziela 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g (2), Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Udko gotowane 1szt 200g.	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2532.97 kcal; Białko ogółem: 121.78 g; Tłuszcz: 92.96 g; Węglowodany ogółem: 303.49 g; Sól: 3.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.70 g; suma cukrów prostych: 88.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.60 g;

<b>niedziela 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g.	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2274.97 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 70.76 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.51 g; suma cukrów prostych: 88.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

<b>niedziela 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Ser żółty 50g(2), rzodkiewka 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt (1,8), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, ogórek zielony 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki .
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, gruszka 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2689.12 kcal; Białko ogółem: 130.94 g; Tłuszcz: 109.50 g; Węglowodany ogółem: 292.31 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.13 g; suma cukrów prostych: 66.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g;

<b>niedziela 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Pomidor 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g.	polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , mandarynki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3088.82 kcal; Białko ogółem: 156.64 g; Tłuszcz: 122.61 g; Węglowodany ogółem: 334.15 g; Sól: 4.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.47 g; suma cukrów prostych: 108.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

<b>niedziela 2025-08-17</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,