

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-09-08</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), Ser żółty 50g(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 konserwowy 50g* (11),
		<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]: 3135.86 kcal; Białko ogółem: 131.83 g; Tłuszcz: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 466.87 g; Sól: 4.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.62 g; suma cukrów prostych: 128.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.90 g;

<b>poniedziałek 2025-09-08</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), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.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]: 2497.28 kcal; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 398.70 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; suma cukrów prostych: 117.64 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g;

<b>poniedziałek 2025-09-08</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), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.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]: 2497.28 kcal; Białko ogółem: 113.16 g; Tłuszcz: 53.21 g; Węglowodany ogółem: 398.70 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.81 g; suma cukrów prostych: 117.64 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g;

<b>poniedziałek 2025-09-08</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), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.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 konserwowy 50g* (11),
<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]: 2393.55 kcal; Białko ogółem: 124.76 g; Tłuszcz: 75.86 g; Węglowodany ogółem: 298.54 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.40 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

<b>poniedziałek 2025-09-08</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), twarożek 60g (2), Pomidor 50g, serek wiejski 60g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g,	Szpinakowa z ziemn.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 konserwowy 50g* (11),
		<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]: 3265.55 kcal; Białko ogółem: 141.42 g; Tłuszcz: 81.37 g; Węglowodany ogółem: 485.99 g; Sól: 4.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.55 g; suma cukrów prostych: 130.97 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata 12</span>		
herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemn.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]: 2336.30 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 83.08 g; Węglowodany ogółem: 287.59 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.36 g; suma cukrów prostych: 127.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g;

poniedziałek 2025-09-08 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</span>		
herbata z cukrem 250ml*, Ryż 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),	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]: 2176.30 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 80.28 g; Węglowodany ogółem: 259.99 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.04 g; suma cukrów prostych: 125.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>wtorek 2025-09-09      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 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,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), kapusta biała zasmażana z koperkiem 120g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka na kartki 40g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2781.08 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 82.48 g; Węglowodany ogółem: 391.84 g; Sól: 3.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; suma cukrów prostych: 96.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

<b>wtorek 2025-09-09      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), 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,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, 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, szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2177.09 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 51.49 g; Węglowodany ogółem: 326.68 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.34 g; suma cukrów prostych: 89.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g;

<b>wtorek 2025-09-09      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, 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, szynka na kartki 40g, Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jabłko deserowe 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2177.09 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 51.49 g; Węglowodany ogółem: 326.68 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.34 g; suma cukrów prostych: 89.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.34 g;

<b>wtorek 2025-09-09      Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 90g, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, herbata bez cukru 250ml, papryka św. 50g,
<b>II Śniadanie:</b> Nektarynka 1szt,		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2278.98 kcal; Białko ogółem: 117.84 g; Tłuszcz: 66.46 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.40 g; suma cukrów prostych: 72.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.07 g;

<b>wtorek 2025-09-09      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 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,	Krupnik 350ml(1,8,13), schab gotowany 90g, kapusta biała zasmażana z koperkiem 120g (1,13), 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, Ser żółty 50g(2), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2896.12 kcal; Białko ogółem: 143.60 g; Tłuszcz: 92.20 g; Węglowodany ogółem: 368.16 g; Sól: 3.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.17 g; suma cukrów prostych: 106.82 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g;

<b>wtorek 2025-09-09      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1szt,

## 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 2025-09-09		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

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-09-10      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), ser topiony 2 szt. 34g 92), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), leczo z papryki i cukinii z kielbasą 300g (1,8,11,13), Ryż biały 200g*, Sałata 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), rzodkiewka 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2755.14 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 89.93 g; Węglowodany ogółem: 376.76 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; suma cukrów prostych: 112.05 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g;

<b>środa 2025-09-10      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Ryż biały 200g*, 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,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), brzoskwinia 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2528.27 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 73.47 g; Węglowodany ogółem: 349.49 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 113.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

<b>środa 2025-09-10      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2528.27 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 73.47 g; Węglowodany ogółem: 349.49 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 113.55 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;

<b>środa 2025-09-10      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), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), ryż brązowy 200g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2),	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, rzodkiewka 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2373.67 kcal; Białko ogółem: 113.08 g; Tłuszcz: 79.26 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.02 g; suma cukrów prostych: 71.33 g; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

<b>środa 2025-09-10      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), ser topiony 2 szt. 34g 92), Mix sałat 10g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Potrawka drobiowa 160g (1,2,13), Ryż biały 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, twaróg krajanka 50g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2), Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2859.77 kcal; Białko ogółem: 136.78 g; Tłuszcz: 90.16 g; Węglowodany ogółem: 368.85 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.01 g; suma cukrów prostych: 118.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

<b>środa 2025-09-10      Jadłospis dla diety: Pakowata 12</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2264.35 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 82.41 g; Węglowodany ogółem: 271.95 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.24 g; suma cukrów prostych: 131.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

środa 2025-09-10		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

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-09-11</b>		
<b>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),	żurek z ziemn.350ml(1,2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g w sosie pieczeniowym (1,13) , salátka 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 , Ser żółty 50g(2), papryka kons. 50g (11),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2942.06 kcal; Białko ogółem: 120.46 g; Tłuszcz: 96.90 g; Węglowodany ogółem: 375.64 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 116.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g;

<b>czwartek 2025-09-11</b>		
<b>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), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (1,2), 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 , Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.65 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 54.59 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.96 g; suma cukrów prostych: 118.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

<b>czwartek 2025-09-11</b>		
<b>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), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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 , filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2410.65 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 54.59 g; Węglowodany ogółem: 359.82 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.96 g; suma cukrów prostych: 118.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

<b>czwartek 2025-09-11</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych 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), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), sos szpinakowy 100ml (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), Ser żółty 50g(2), papryka kons. 50g (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
<b>II Śniadanie:</b> śliwki 150g,		
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., arbusz 200g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2724.10 kcal; Białko ogółem: 119.15 g; Tłuszcz: 80.55 g; Węglowodany ogółem: 359.10 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.64 g; suma cukrów prostych: 88.99 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g;

<b>czwartek 2025-09-11</b>		
<b>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), filet z kurczaka gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, 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 , filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), papryka kons. 50g (11),
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3030.20 kcal; Białko ogółem: 140.84 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 386.58 g; Sól: 4.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.14 g; suma cukrów prostych: 130.41 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

<b>czwartek 2025-09-11</b>		
<b>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>Posiłek 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 2025-09-11</b>		
<b>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

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2415.73 kcal; Białko ogółem: 113.71 g; Tłuszcz: 94.63 g; Węglowodany ogółem: 279.39 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; suma cukrów prostych: 146.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;

piątek 2025-09-12		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), kakao 250ml (1,2),	Pomidorowa z zacierką 350ml.(1,2,3,13), 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]: 2255.73 kcal; Białko ogółem: 108.11 g; Tłuszcz: 91.83 g; Węglowodany ogółem: 251.79 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.41 g; suma cukrów prostych: 144.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-13		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 2025-09-14</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), Serek almette 2szt. 60g , Kiełbaska 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, Kalańior oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroź. 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]: 2958.85 kcal; Białko ogółem: 127.95 g; Tłuszcz: 114.80 g; Węglowodany ogółem: 349.81 g; Sól: 3.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.06 g; suma cukrów prostych: 98.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g;

<b>niedziela 2025-09-14</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 almette 2szt. 60g , Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroź. 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]: 2557.60 kcal; Białko ogółem: 120.02 g; Tłuszcz: 98.70 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; Sól: 3.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.36 g; suma cukrów prostych: 90.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;

<b>niedziela 2025-09-14</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 almette 2szt. 60g , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroź. 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]: 2299.60 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 76.50 g; Węglowodany ogółem: 297.90 g; Sól: 2.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.16 g; suma cukrów prostych: 90.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

<b>niedziela 2025-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), Serek almette 2szt. 60g , rzodkiewka 50g, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Udko gotowane 1szt 200g, Kompot z owoców mroź. 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 ,
II Śniadanie: 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]: 2643.85 kcal; Białko ogółem: 123.96 g; Tłuszcz: 107.99 g; Węglowodany ogółem: 291.07 g; Sól: 3.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.11 g; suma cukrów prostych: 70.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g;

<b>niedziela 2025-09-14</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 almette 2szt. 60g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), rzodkiewka 50g, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g, Kalańior oprószany 120g(1), Kompot z owoców mroź. 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]: 3182.75 kcal; Białko ogółem: 154.96 g; Tłuszcz: 131.95 g; Węglowodany ogółem: 338.83 g; Sól: 4.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 63.77 g; suma cukrów prostych: 110.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

<b>niedziela 2025-09-14</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroź. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), brokuły z wody 120 g,	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,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2398.10 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 78.52 g; Węglowodany ogółem: 318.87 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 143.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

niedziela 2025-09-14		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 mroż. 250ml*, ziemniaki 100g, brokuły z wody 120 g.	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1993.00 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 75.53 g; Węglowodany ogółem: 232.36 g; Sól: 1.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; suma cukrów prostych: 121.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

Dietetyk

.....