

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-15 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), ser topiony 2 szt. 34g 92), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, makaron z serem 350g* (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]: 2820.79 kcal; Białko ogółem: 137.13 g; Tłuszcz: 69.29 g; Węglowodany ogółem: 414.15 g; Sól: 2.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.96 g; suma cukrów prostych: 123.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;

poniedziałek 2025-09-15 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 homog. nat. 60g.(2), Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, 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]: 2365.24 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 56.86 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 114.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

poniedziałek 2025-09-15 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 homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, 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]: 2365.24 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 56.86 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 114.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. 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 homog. nat. 60g.(2), Mix sałat 10g,	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, Kompot z owoców mroż b/c 250ml*, makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	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]: 2580.29 kcal; Białko ogółem: 136.71 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 356.05 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 83.53 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g;

poniedziałek 2025-09-15 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, ser topiony 2 szt. 34g 92), Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mix sałat 10g,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z jogurtem (2) 80g, 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]: 2792.34 kcal; Białko ogółem: 137.77 g; Tłuszcz: 79.07 g; Węglowodany ogółem: 376.45 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 126.61 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15 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),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), 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]: 2429.57 kcal; Białko ogółem: 117.48 g; Tłuszcz: 93.33 g; Węglowodany ogółem: 284.09 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.58 g; suma cukrów prostych: 145.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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]: 2269.57 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz: 90.53 g; Węglowodany ogółem: 256.49 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.26 g; suma cukrów prostych: 143.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-16 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g,	Kapuśniak 350ml (1,8,11), 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), Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, brzoskwinia 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2765.19 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 81.93 g; Węglowodany ogółem: 392.95 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 98.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.18 g;

wtorek 2025-09-16 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 2025-09-16 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 2025-09-16 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), 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), Ogórek konserwowy 50g* (11), 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]: 2502.18 kcal; Białko ogółem: 123.08 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; Sól: 3.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 74.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.41 g;

wtorek 2025-09-16 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, twarożek 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kasza manna na mleku 350g (1,2), Ser żółty 50g(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. 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), Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt., brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2849.58 kcal; Białko ogółem: 151.93 g; Tłuszcz: 81.24 g; Węglowodany ogółem: 376.46 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.43 g; suma cukrów prostych: 120.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemn. 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 120g,
		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 2025-09-16 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 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki 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), ogórek zielony 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Surówka z pora i jabłka 120g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Papryka faszerowana mięsem z warzywami 200g , ziemniaki 250g, Sos pieczarkowy 100 ml (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]: 3029.71 kcal; Białko ogółem: 122.67 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 473.80 g; Sól: 2.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.65 g; suma cukrów prostych: 153.79 g; Błonnik pokarmowy: 50.32 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki 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 sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.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]: 2594.83 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 378.42 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 135.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki 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 sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.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]: 2594.83 kcal; Białko ogółem: 110.79 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 378.42 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.67 g; suma cukrów prostych: 135.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.29 g;

środa 2025-09-17 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 , ogórek zielony 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, Surówka z pora i jabłka 120g*, 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: Nektarynka 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]: 2560.33 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 66.35 g; Węglowodany ogółem: 385.50 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.63 g; suma cukrów prostych: 82.25 g; Błonnik pokarmowy: 47.12 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki 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), ogórek zielony 50g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pasta z fasoli 60g , Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Surówka z pora i jabłka 120g*, 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]: 3172.63 kcal; Białko ogółem: 135.37 g; Tłuszcz: 98.35 g; Węglowodany ogółem: 438.66 g; Sól: 3.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.11 g; suma cukrów prostych: 152.90 g; Błonnik pokarmowy: 36.80 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Sucharki 40g (1).	Szpinakowa z ziemn.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]: 2399.94 kcal; Białko ogółem: 117.76 g; Tłuszcz: 89.85 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.55 g; suma cukrów prostych: 150.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

środa 2025-09-17		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.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]: 2239.94 kcal; Białko ogółem: 112.16 g; Tłuszcz: 87.05 g; Węglowodany ogółem: 255.82 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g; suma cukrów prostych: 149.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18		
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), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(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), mizeria z jogurtem 120g (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), rzodkiewka 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, arbusz 200g, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2711.97 kcal; Białko ogółem: 122.11 g; Tłuszcz: 83.80 g; Węglowodany ogółem: 343.91 g; Sól: 4.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.52 g; suma cukrów prostych: 101.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;

czwartek 2025-09-18		
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*, arbusz 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 2025-09-18		
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*, arbusz 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 2025-09-18		
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), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), schab na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (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), rzodkiewka 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, arbusz 200g, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.57 kcal; Białko ogółem: 124.16 g; Tłuszcz: 84.90 g; Węglowodany ogółem: 308.07 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.86 g; suma cukrów prostych: 77.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;

czwartek 2025-09-18		
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), papryka św. 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, mizeria z jogurtem 120g (2), 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), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Napój roślinny 330g*, arbusz 200g, Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3026.97 kcal; Białko ogółem: 141.81 g; Tłuszcz: 105.12 g; Węglowodany ogółem: 354.01 g; Sól: 4.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.09 g; suma cukrów prostych: 132.93 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g;

czwartek 2025-09-18		
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 2025-09-18		
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 2025-09-19		
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,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(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 , ogórek zielony 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]: 3027.61 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 88.71 g; Węglowodany ogółem: 445.37 g; Sól: 3.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.98 g; suma cukrów prostych: 152.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.12 g;

piątek 2025-09-19		
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,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2482.59 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 54.91 g; Węglowodany ogółem: 398.78 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.64 g; suma cukrów prostych: 147.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

piątek 2025-09-19		
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,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	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]: 2482.59 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 54.91 g; Węglowodany ogółem: 398.78 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.64 g; suma cukrów prostych: 147.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

piątek 2025-09-19		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych 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,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), 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 , ogórek zielony 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]: 2392.14 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 58.82 g; Węglowodany ogółem: 352.53 g; Sól: 3.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.67 g; suma cukrów prostych: 73.30 g; Błonnik pokarmowy: 39.82 g;

piątek 2025-09-19		
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,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(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 jarzynowy 100g* (1,2,13),	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), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2735.35 kcal; Białko ogółem: 131.57 g; Tłuszcz: 81.10 g; Węglowodany ogółem: 360.01 g; Sól: 4.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.35 g; suma cukrów prostych: 114.68 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

piątek 2025-09-19		
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*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g,	pomidorowa z makaronem350ml(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]: 2460.96 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 82.27 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.92 g; suma cukrów prostych: 148.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-09-19		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*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(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]: 2187.86 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 79.34 g; Węglowodany ogółem: 256.22 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.59 g; suma cukrów prostych: 146.77 g; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Sos boloński 120g+ser 20g (1,2), makaron 200g (1,3), brokuły z wody 120 g, 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]: 2695.73 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 90.74 g; Węglowodany ogółem: 363.01 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.36 g; suma cukrów prostych: 103.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), brokuły z wody 120 g, 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]: 2243.75 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 64.09 g; Węglowodany ogółem: 327.88 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.93 g; suma cukrów prostych: 96.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	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]: 2243.75 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 64.09 g; Węglowodany ogółem: 327.88 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.93 g; suma cukrów prostych: 96.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: Z ogran. 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, Serek almette 2szt. 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), papryka św. 50g, Mix sałat 10g, II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 350g (1,2,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*.	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 ,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Nektarynka 1szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2455.30 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 70.43 g; Węglowodany ogółem: 341.97 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.02 g; suma cukrów prostych: 79.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;

sobota 2025-09-20 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 almette 2szt. 60g , Kawa zbożowa z cukrem 250ml*(1,2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek wiejski 60g (2), papryka św. 50g, Mix sałat 10g.	Krupnik 350ml(1,8,13), Makaron z sosem mięsno-pomidor.350g (1), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	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]: 2708.50 kcal; Białko ogółem: 124.13 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; Sól: 3.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.37 g; suma cukrów prostych: 119.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;

sobota 2025-09-20 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*, brokuły 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 2025-09-20 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 2025-09-21		
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,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 100g+(3,11,13), 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 , rzodkiewka 50g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, sliwki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2948.87 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz: 99.70 g; Węglowodany ogółem: 375.47 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.07 g; suma cukrów prostych: 101.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g;

niedziela 2025-09-21		
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,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, sos szpinakowy 100ml (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	polędwica wiśniowa 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]: 2463.66 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 75.24 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; Sól: 3.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.02 g; suma cukrów prostych: 91.35 g; Błonnik pokarmowy: 34.67 g;

niedziela 2025-09-21		
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 sopočka 40g (8), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), 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 wiśniowa 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]: 2230.46 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 52.68 g; Węglowodany ogółem: 334.73 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.57 g; suma cukrów prostych: 91.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;

niedziela 2025-09-21		
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,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 100g+(3,11,13), 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 wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: arbuz 200g,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , sliwki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.20 kcal; Białko ogółem: 124.48 g; Tłuszcz: 90.55 g; Węglowodany ogółem: 333.10 g; Sól: 4.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 87.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;

niedziela 2025-09-21		
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), ogórek zielony 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,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 100g+(3,11,13), 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]: 2973.47 kcal; Białko ogółem: 148.41 g; Tłuszcz: 94.89 g; Węglowodany ogółem: 371.72 g; Sól: 5.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.65 g; suma cukrów prostych: 118.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g;

niedziela 2025-09-21		
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*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), 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),

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2509.01 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 94.46 g; Węglowodany ogółem: 304.06 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 140.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g;

niedziela 2025-09-21	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*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), 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]: 1969.96 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 79.07 g; Węglowodany ogółem: 213.49 g; Sól: 2.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.15 g; suma cukrów prostych: 134.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g;

Dietetyk

.....