

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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), papryka św. 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Grochowa z ziem. 350ml.(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt (2), brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2818.71 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 431.41 g; Sól: 3.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.99 g; suma cukrów prostych: 129.38 g; Błonnik pokarmowy: 34.98 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Salata zielona z jogurtem (2) 80g.	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt (2), brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.35 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 49.24 g; Węglowodany ogółem: 369.90 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.68 g; suma cukrów prostych: 117.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g.* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Salata zielona z jogurtem (2) 80g.	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml* , Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt (2), brzoskwinia 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2287.35 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 49.24 g; Węglowodany ogółem: 369.90 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.68 g; suma cukrów prostych: 117.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
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 na kartki 40g, twaróg 60g (2), papryka św. 50g, Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto dieta 300g* (13) , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml* , Salata zielona z jogurtem (2) 80g.	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).
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml* , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2219.58 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 60.94 g; Węglowodany ogółem: 308.95 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.70 g; suma cukrów prostych: 67.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

poniedziałek 2025-09-22		
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, twaróg 60g (2), papryka św. 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml* , Salata zielona z jogurtem (2) 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml* , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt (2), brzoskwinia 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2725.88 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 77.24 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 111.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;

poniedziałek 2025-09-22		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g.	Herbata z cukrem 250ml* , Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g* ,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.72 kcal; Białko ogółem: 119.79 g; Tłuszcz: 94.18 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.84 g; suma cukrów prostych: 153.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2291.47 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 260.58 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.53 g; suma cukrów prostych: 152.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.09 kcal; Białko ogółem: 116.95 g; Tłuszcz: 81.65 g; Węglowodany ogółem: 372.57 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 96.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

wtorek 2025-09-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.86 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.57 g; suma cukrów prostych: 98.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

wtorek 2025-09-23 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, arbuz 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2292.86 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 58.06 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; Sól: 2.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.57 g; suma cukrów prostych: 98.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

wtorek 2025-09-23 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
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), Pomidor 50g, filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g,
II Śniadanie: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2390.03 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 67.97 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 86.90 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g;

wtorek 2025-09-23 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), Pomidor 50g, Ser żółty 50g(2), filet zapiekany z indyka 40g(11,13), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), 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 , ser topiony 2 szt. 34g 92), Polędwica sopocka 40g (8), rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mus warzywno-owocowy 100g, arbuz 200g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2889.78 kcal; Białko ogółem: 136.13 g; Tłuszcz: 93.72 g; Węglowodany ogółem: 369.38 g; Sól: 3.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.43 g; suma cukrów prostych: 120.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;

wtorek 2025-09-23 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2374.50 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 73.14 g; Węglowodany ogółem: 318.49 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.65 g; suma cukrów prostych: 124.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-23		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g.	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g.
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2179.70 kcal; Białko ogółem: 106.28 g; Tłuszcz: 70.30 g; Węglowodany ogółem: 282.69 g; Sól: 1.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.32 g; suma cukrów prostych: 123.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Selerowa z zacierką 350ml.(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2321.18 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 84.04 g; Węglowodany ogółem: 297.52 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; suma cukrów prostych: 149.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki 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), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), schab duszony 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos musztardowy 100ml (1,2,11),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Polędwica sopočka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2900.27 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 397.67 g; Sól: 3.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.32 g; suma cukrów prostych: 129.68 g; Błonnik pokarmowy: 35.11 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki 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 wiejski 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), 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 , Polędwica sopočka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.40 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.82 g; suma cukrów prostych: 127.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki 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 wiejski 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), 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 , Polędwica sopočka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.40 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.82 g; suma cukrów prostych: 127.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopočka 40g (8), Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: Nektarynka 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, kiwi 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.72 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 77.19 g; Węglowodany ogółem: 327.39 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.05 g; suma cukrów prostych: 73.18 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;

czwartek 2025-09-25 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), rzodkiewka 50g, szynka na kartki 40g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 60g (2), Mix салат 10g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), schab gotowany 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, 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 , Ser żółty 50g(2), Polędwica sopočka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3267.22 kcal; Białko ogółem: 153.85 g; Tłuszcz: 100.59 g; Węglowodany ogółem: 403.64 g; Sól: 3.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.01 g; suma cukrów prostych: 150.96 g; Błonnik pokarmowy: 33.03 g;

czwartek 2025-09-25 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), 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*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2626.54 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 86.92 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.75 g; suma cukrów prostych: 134.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-25		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Szpinakowa z lanymi kluskami 350ml (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.24 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 83.93 g; Węglowodany ogółem: 259.32 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.41 g; suma cukrów prostych: 132.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-26 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), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), dżem 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, mizeria z jogurtem 120g (2), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2840.15 kcal; Białko ogółem: 114.97 g; Tłuszcz: 84.80 g; Węglowodany ogółem: 411.15 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.04 g; suma cukrów prostych: 140.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;		
piątek 2025-09-26 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), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.27 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 368.54 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; suma cukrów prostych: 138.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;		
piątek 2025-09-26 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), dżem 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.27 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 59.65 g; Węglowodany ogółem: 368.54 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.40 g; suma cukrów prostych: 138.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.42 g;		
piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), filet pieczony z indyka 40g , Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), mizeria z jogurtem 120g (2), Sos pietruszkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2109.39 kcal; Białko ogółem: 108.63 g; Tłuszcz: 55.70 g; Węglowodany ogółem: 295.60 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.00 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;		
piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g(2), serek homog. nat. 60g.(2), ogórek zielony 50g, filet pieczony z indyka 40g , kakao 250ml (1,2), twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek wiejski 60g (2), schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2554.67 kcal; Białko ogółem: 129.37 g; Tłuszcz: 73.94 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; Sól: 3.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; suma cukrów prostych: 117.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;		
piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1939.75 kcal; Białko ogółem: 101.12 g; Tłuszcz: 62.45 g; Węglowodany ogółem: 249.50 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.58 g; suma cukrów prostych: 134.92 g; Błonnik pokarmowy: 17.24 g;		
piątek 2025-09-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1774.75 kcal; Białko ogółem: 94.60 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węglowodany ogółem: 220.70 g; Sól: 3.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.26 g; suma cukrów prostych: 127.62 g; Błonnik pokarmowy: 20.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Zraz 90g w sosie myśliwskim 60g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 250g.	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Nektarynka 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2811.23 kcal; Białko ogółem: 107.67 g; Tłuszcz: 94.30 g; Węglowodany ogółem: 382.71 g; Sól: 3.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.96 g; suma cukrów prostych: 101.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;

sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g.	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.07 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 330.25 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g.	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2260.07 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 330.25 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.16 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przyswajalnych 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 65g (1), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g.
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Nektarynka 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2433.35 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 72.56 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.65 g; suma cukrów prostych: 84.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 10g(2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Serek almette 2szt. 60g , rzodkiewka 50g.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13).	herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Kefir 150g(2) 1szt., Pomidor 50g.
	Podwieczorek: Placki ziemniaczane (2 szt) (1,3).	Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Nektarynka 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3604.98 kcal; Białko ogółem: 151.28 g; Tłuszcz: 119.07 g; Węglowodany ogółem: 481.47 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.28 g; suma cukrów prostych: 132.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.87 g;

sobota 2025-09-27 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2).	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2).
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2161.04 kcal; Białko ogółem: 109.18 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 242.27 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.11 g; suma cukrów prostych: 106.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

sobota 2025-09-27		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2).	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2001.04 kcal; Białko ogółem: 103.58 g; Tłuszcz: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 214.67 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.79 g; suma cukrów prostych: 105.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, kapusta biała zasmażana z koperkiem 120g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., gruszka 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3042.68 kcal; Białko ogółem: 141.50 g; Tłuszcz: 118.28 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; Sól: 4.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.91 g; suma cukrów prostych: 101.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;

niedziela 2025-09-28		
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), Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), serek homog. nat. 60g,(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2505.62 kcal; Białko ogółem: 120.03 g; Tłuszcz: 92.01 g; Węglowodany ogółem: 302.18 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 92.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.18 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmienne 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), 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 (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.22 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 69.13 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.65 g; suma cukrów prostych: 92.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Z ogran. 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), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), herbata bez cukru 250ml, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. , gruszka 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2825.90 kcal; Białko ogółem: 138.64 g; Tłuszcz: 118.23 g; Węglowodany ogółem: 298.50 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.00 g; suma cukrów prostych: 76.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g,(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), papryka św. 50g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ser topiony 2 szt. 34g 92), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3074.87 kcal; Białko ogółem: 144.93 g; Tłuszcz: 122.85 g; Węglowodany ogółem: 338.50 g; Sól: 4.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.17 g; suma cukrów prostych: 114.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Platki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml*(1,2,3), Sucharki 40g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 100g.	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.53 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 149.84 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;

niedziela 2025-09-28		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), jarzynka gotowana 150 m (1,2,13), ziemniaki 100g, masło 15g*(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g, Masło 15g*(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.13 kcal; Białko ogółem: 109.40 g; Tłuszcz: 100.88 g; Węglowodany ogółem: 259.48 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.96 g; suma cukrów prostych: 128.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;

Dietetyk

.....