

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-09-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, pasta z sera topionego i wędliny 60g (1,2,3), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), surówka z marchewki z jabłkiem 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.
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), śliwki 150g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2918.11 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 74.48 g; Węglowodany ogółem: 454.69 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g; suma cukrów prostych: 140.00 g; Błonnik pokarmowy: 36.36 g;

<b>poniedziałek 2025-09-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Sałata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.90 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 373.59 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.74 g; suma cukrów prostych: 123.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;

<b>poniedziałek 2025-09-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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, twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sałata zielona z sosem winegret 80g.	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), pomarańcza 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2454.90 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 64.69 g; Węglowodany ogółem: 373.59 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.74 g; suma cukrów prostych: 123.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;

<b>poniedziałek 2025-09-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, Mix sałat 10g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Jajko w sosie koperkowym 2 szt, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g.
<b>II Śniadanie:</b> Grejfrut 1/2 szt.		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, śliwki 150g.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2628.31 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 372.73 g; Sól: 4.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.16 g; suma cukrów prostych: 79.53 g; Błonnik pokarmowy: 43.98 g;

<b>poniedziałek 2025-09-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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, serek wiejski 60g (2), rzodkiewka 50g, twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g.	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Jajko w sosie koperkowym 2 szt, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 60g (1,2,11,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2926.46 kcal; Białko ogółem: 123.36 g; Tłuszcz: 98.14 g; Węglowodany ogółem: 378.26 g; Sól: 5.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.20 g; suma cukrów prostych: 122.10 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Papkowata 12</span>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2404.90 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 83.56 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.62 g; suma cukrów prostych: 134.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g;

poniedziałek 2025-09-29 <span style="float: right;">Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</span>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2168.37 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 247.87 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 133.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b></span>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kotlet schabowy - 100g (1,3), ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ogórek konserwowy 50g* (11), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2982.32 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 91.80 g; Węglowodany ogółem: 425.59 g; Sól: 3.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 124.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b></span>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg 60g (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.10 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 364.49 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.89 g; suma cukrów prostych: 116.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b></span>		
Ryż 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, twaróg 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, bukiet warzyw królewski 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.10 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 55.63 g; Węglowodany ogółem: 364.49 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.89 g; suma cukrów prostych: 116.98 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b></span>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, filet pieczony z indyka 40g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Ogórek konserwowy 50g* (11).
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt., jabłko deserowe 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2682.12 kcal; Białko ogółem: 128.42 g; Tłuszcz: 82.10 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.51 g; suma cukrów prostych: 76.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;

<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b></span>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), filet pieczony z indyka 40g, Ryż na mleku 350 ml*(2), twaróg 60g (2), Mix салат 10g.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 50g(2), polędwica sopočka 50g(1,8), Ogórek konserwowy 50g* (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt., Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2810.07 kcal; Białko ogółem: 149.90 g; Tłuszcz: 73.64 g; Węglowodany ogółem: 390.08 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 141.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.34 g;

<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Pakowata 12</b></span>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 100g.	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.45 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 84.06 g; Węglowodany ogółem: 287.88 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.49 g; suma cukrów prostych: 140.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.56 g;

<b>wtorek 2025-09-30</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b></span>		
Herbata 250g, Ryż na ml, jajo, masło 350ml.	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 100g.	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g.

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1 szt, Banan 1 szt.
--	--	---

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2184.45 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 260.28 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 139.01 g; Błonnik pokarmowy: 18.12 g;

**Dietetyk**

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2228.92 kcal; Białko ogółem: 112.51 g; Tłuszcz: 90.04 g; Węglowodany ogółem: 244.95 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 144.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;

środa 2025-10-01		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2101.73 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 79.11 g; Węglowodany ogółem: 248.99 g; Sól: 3.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.16 g; suma cukrów prostych: 143.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2025-10-02      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z fasoli 60g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka duszony 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos curry 100ml,	połudwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, pomarańcza 1 szt, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2771.94 kcal; Białko ogółem: 115.55 g; Tłuszcz: 66.34 g; Węglowodany ogółem: 412.19 g; Sól: 3.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.26 g; suma cukrów prostych: 104.81 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g;

<b>czwartek 2025-10-02      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), 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, połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., pomarańcza 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2303.65 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 45.88 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.30 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

<b>czwartek 2025-10-02      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), filet pieczony z indyka 40g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), 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, połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., pomarańcza 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2303.65 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 45.88 g; Węglowodany ogółem: 348.81 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.30 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;

<b>czwartek 2025-10-02      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pomidor 50g, filet pieczony z indyka 40g, Pasta z fasoli 60g, Mix sałat 10g, Mix sałat 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, filet z kurczaka gotowany 90g, sos szpinakowy 100ml (1,2),	połudwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, papryka św. 50g,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., pomarańcza 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2685.18 kcal; Białko ogółem: 124.57 g; Tłuszcz: 59.73 g; Węglowodany ogółem: 400.58 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.45 g; suma cukrów prostych: 79.73 g; Błonnik pokarmowy: 43.04 g;

<b>czwartek 2025-10-02      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kasza kukurydziana 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), filet pieczony z indyka 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Pasta z fasoli 60g,	Krupnik 350ml(1,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2), Mix sałat 10g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), papryka św. 50g, serek wiejski 60g (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., pomarańcza 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2910.63 kcal; Białko ogółem: 140.37 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 419.05 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 130.58 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g;

<b>czwartek 2025-10-02      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), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2494.37 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 75.50 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.28 g; suma cukrów prostych: 141.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

<b>czwartek 2025-10-02      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

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*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.17 kcal; Białko ogółem: 104.12 g; Tłuszcz: 80.95 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; suma cukrów prostych: 140.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-10-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), kakao 250ml (1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), miód 2szt. (50g), rzodkiewka 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3210.46 kcal; Białko ogółem: 124.38 g; Tłuszcz: 109.17 g; Węglowodany ogółem: 432.63 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.42 g; suma cukrów prostych: 156.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;

<b>piątek 2025-10-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2708.68 kcal; Białko ogółem: 115.77 g; Tłuszcz: 75.94 g; Węglowodany ogółem: 399.11 g; Sól: 3.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.31 g; suma cukrów prostych: 159.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.92 g;

<b>piątek 2025-10-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), masło 10g - 1 szt. (2), miód 2szt. (50g), twaróg krajanka 50g(2), kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2450.68 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 53.74 g; Węglowodany ogółem: 399.31 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 159.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g;

<b>piątek 2025-10-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, schab na kartki 40g, Kakao b/c 250 ml, Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), ogórek zielony 50g,
<b>II Śniadanie:</b> śliwki 150g.		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2687.06 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 81.27 g; Węglowodany ogółem: 364.87 g; Sól: 5.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.19 g; suma cukrów prostych: 76.68 g; Błonnik pokarmowy: 41.43 g;

<b>piątek 2025-10-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), Ser żółty 50g(2), schab na kartki 40g, rzodkiewka 50g, kakao 250ml (1,2), Mix салат 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka na kartki 40g, Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3008.28 kcal; Białko ogółem: 148.42 g; Tłuszcz: 102.29 g; Węglowodany ogółem: 376.05 g; Sól: 4.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.84 g; suma cukrów prostych: 123.15 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g;

<b>piątek 2025-10-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.07 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 88.00 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-10-03		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
kakao 250ml (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, masło 20g - 2 szt.(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2380.37 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 100.58 g; Węglowodany ogółem: 257.86 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.35 g; suma cukrów prostych: 144.08 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt 52g (3), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Bigos 300g* (1,8,11,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., gruszka 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2650.50 kcal; Białko ogółem: 104.68 g; Tłuszcz: 73.46 g; Węglowodany ogółem: 388.96 g; Sól: 4.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 105.62 g; Błonnik pokarmowy: 35.90 g;

<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homog. nat. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mus ryżowy 1szt.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mus ryżowy 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2437.33 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 54.51 g; Węglowodany ogółem: 379.05 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; suma cukrów prostych: 134.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homog. nat. 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.33 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 54.01 g; Węglowodany ogółem: 361.05 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.16 g; suma cukrów prostych: 116.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;

<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Porowa z ziemniakami 350 ml(1,2,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g.
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., gruszka 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2612.85 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 70.90 g; Węglowodany ogółem: 368.00 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.32 g; suma cukrów prostych: 76.16 g; Błonnik pokarmowy: 36.55 g;

<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), papryka św. 50g, serek homog. nat. 60g (2), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), twaróg krajanka 50g(2), Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2891.08 kcal; Białko ogółem: 137.47 g; Tłuszcz: 79.71 g; Węglowodany ogółem: 396.91 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.36 g; suma cukrów prostych: 137.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Kasza manna na ml. jajo, masło 350ml*, sucharki 30g*(1).	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g.	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2188.45 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 79.96 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g; suma cukrów prostych: 140.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;

<b>sobota 2025-10-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
---	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g.	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2).
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1 szt., Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2143.25 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 86.11 g; Węglowodany ogółem: 239.75 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.40 g; suma cukrów prostych: 139.84 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g;

**Dietetyk**

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2025-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, 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, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, papryka kons. 50g (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2539.10 kcal; Białko ogółem: 125.54 g; Tłuszcz: 80.78 g; Węglowodany ogółem: 325.25 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.23 g; suma cukrów prostych: 83.62 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g;

<b>niedziela 2025-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, mandarynki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2294.61 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 73.67 g; Węglowodany ogółem: 304.37 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.83 g; suma cukrów prostych: 95.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;

<b>niedziela 2025-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, mandarynki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2301.81 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 74.39 g; Węglowodany ogółem: 304.53 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.47 g; suma cukrów prostych: 95.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;

<b>niedziela 2025-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g. <b>II Śniadanie:</b> arbuzy 200g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, papryka kons. 50g (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, mandarynki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2556.90 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; Sól: 4.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; suma cukrów prostych: 70.13 g; Błonnik pokarmowy: 35.19 g;

<b>niedziela 2025-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g, rzodkiewka 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), 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. 250ml*.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, papryka kons. 50g (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, mandarynki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. .

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2809.70 kcal; Białko ogółem: 141.86 g; Tłuszcz: 101.76 g; Węglowodany ogółem: 328.36 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.59 g; suma cukrów prostych: 107.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;

<b>niedziela 2025-10-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), bułka wrocławska 100g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2).	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.45 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 92.83 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 144.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

niedziela 2025-10-05		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
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), marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2382.85 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 105.29 g; Węglowodany ogółem: 256.68 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.35 g; suma cukrów prostych: 123.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;

Dietetyk

.....