

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-10-13 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), kasza manna na mleku 350ml (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, Ryż z jabłkami 350g.*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , papryka św. 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2759.44 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 67.54 g; Węglowodany ogółem: 430.64 g; Sól: 2.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.92 g; suma cukrów prostych: 129.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

poniedziałek 2025-10-13 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, kasza manna na mleku 350ml (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, Ryż z jabłkami 350g.*.	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 ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.89 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 367.45 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.10 g; suma cukrów prostych: 121.25 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;

poniedziałek 2025-10-13 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, kasza manna na mleku 350ml (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, Ryż z jabłkami 350g.*.	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 ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.89 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 55.11 g; Węglowodany ogółem: 367.45 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.10 g; suma cukrów prostych: 121.25 g; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;

poniedziałek 2025-10-13 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), 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*, Risotto dieta 300g* (13) ,	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: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.62 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 68.85 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.84 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g;

poniedziałek 2025-10-13 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, kasza manna na mleku 350ml (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, Risotto dieta 300g* (13) ,	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: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2765.12 kcal; Białko ogółem: 125.93 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 374.65 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.27 g; suma cukrów prostych: 120.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.18 g;

poniedziałek 2025-10-13 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna na ml, jajko, masło 350ml*, 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*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.47 kcal; Białko ogółem: 118.72 g; Tłuszcz: 90.05 g; Węglowodany ogółem: 273.83 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.29 g; suma cukrów prostych: 139.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-13		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Kasza manna 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,	Herbata z cukrem 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.47 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 87.25 g; Węglowodany ogółem: 246.23 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 137.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Ryż na mleku 350 ml*(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,	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 sopočka 40g (8), Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, pomarańcza 1 szt, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2668.69 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 77.86 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; Sól: 3.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.18 g; suma cukrów prostych: 91.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.42 g;

wtorek 2025-10-14 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 , Ryż na mleku 350 ml*(2), twarożek 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*, ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 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*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.06 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 333.01 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.61 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Ryż na mleku 350 ml*(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,	Krupnik 350ml(1,8,13), 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 sopočka 40g (8), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.06 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 43.66 g; Węglowodany ogółem: 333.01 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.61 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

wtorek 2025-10-14 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), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mix салат 10g,	Krupnik 350ml(1,8,13), 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 sopočka 40g (8), Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.88 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 67.33 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.99 g; suma cukrów prostych: 67.46 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

wtorek 2025-10-14 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 , Ryż na mleku 350 ml*(2), 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. 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 sopočka 40g (8), Ogórek konserwowy 50g* (11), jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2840.28 kcal; Białko ogółem: 152.79 g; Tłuszcz: 78.81 g; Węglowodany ogółem: 374.53 g; Sól: 4.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.42 g; suma cukrów prostych: 117.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g;

wtorek 2025-10-14 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziem. 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 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2446.73 kcal; Białko ogółem: 114.69 g; Tłuszcz: 82.51 g; Węglowodany ogółem: 313.82 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; suma cukrów prostych: 125.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-10-14		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, 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: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2173.63 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 79.58 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.98 g; suma cukrów prostych: 123.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Zupa minestrone 350ml (1,13), surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, wątróbka drobiowa smażona 100g z cebulką 50g (1), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka na kartki 40g, papryka kons. 50g (11),
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, śliwki 150g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Ciastko zbożowe 1szt. , Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3013.38 kcal; Białko ogółem: 133.41 g; Tłuszcz: 94.86 g; Węglowodany ogółem: 412.57 g; Sól: 5.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.09 g; suma cukrów prostych: 117.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(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 almette 2szt. 60g , 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,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.23 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 380.08 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 139.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(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 almette 2szt. 60g , 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,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.23 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 380.08 g; Sól: 2.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 139.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;

środa 2025-10-15 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), Ser żółty 50g(2), Pomidor 50g, masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Mix sałat 10g,	Zupa minestrone 350ml (1,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, papryka kons. 50g (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: kwi 1szt.,		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., śliwki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2519.83 kcal; Białko ogółem: 121.95 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 352.94 g; Sól: 4.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.52 g; suma cukrów prostych: 71.83 g; Błonnik pokarmowy: 38.14 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
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), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), Serek almette 2szt. 60g , 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 , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, papryka kons. 50g (11),
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, śliwki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. , Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2881.73 kcal; Białko ogółem: 124.57 g; Tłuszcz: 98.39 g; Węglowodany ogółem: 369.14 g; Sól: 3.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.95 g; suma cukrów prostych: 116.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

środa 2025-10-15 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kasza kukurydziana 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),	rosół z grysiem 350ml (1,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2309.65 kcal; Białko ogółem: 115.91 g; Tłuszcz: 86.62 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.77 g; suma cukrów prostych: 149.63 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-15		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na mljajo,masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	rosół z grysiem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml* ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.65 kcal; Białko ogółem: 110.31 g; Tłuszcz: 83.82 g; Węglowodany ogółem: 240.69 g; Sól: 2.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.45 g; suma cukrów prostych: 148.23 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), papryka św. 50g, Pasta z fasoli 60g, 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), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, 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*, mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt, Napój roślinny b/c 330ml*, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2813.27 kcal; Białko ogółem: 122.28 g; Tłuszcz: 78.67 g; Węglowodany ogółem: 387.80 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.59 g; suma cukrów prostych: 107.55 g; Błonnik pokarmowy: 42.78 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), 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*, Napój roślinny b/c 330ml*, Grejfrut 1/2 szt, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.67 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.97 g; suma cukrów prostych: 101.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), 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*, Napój roślinny b/c 330ml*, Grejfrut 1/2 szt, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2398.67 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.97 g; suma cukrów prostych: 101.62 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Z ogran. 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, Pasta z fasoli 60g, schab na kartki 40g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, 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*, Napój roślinny b/c 330ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2644.97 kcal; Białko ogółem: 121.13 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 352.18 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 80.17 g; Błonnik pokarmowy: 44.48 g;

czwartek 2025-10-16		
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), papryka św. 50g, serek homo waniliowy 60g (2), schab na kartki 40g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Pasta z fasoli 60g, Mix sałat 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny b/c 330ml*, Grejfrut 1/2 szt, Ciastko zbożowe 1szt, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3188.27 kcal; Białko ogółem: 146.28 g; Tłuszcz: 102.00 g; Węglowodany ogółem: 404.10 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.35 g; suma cukrów prostych: 142.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane 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*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny b/c 330ml*, Banan 1 szt, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2274.12 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 80.37 g; Węglowodany ogółem: 261.82 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.85 g; suma cukrów prostych: 137.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g;

czwartek 2025-10-16		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane 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), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny b/c 330ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.12 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 77.57 g; Węglowodany ogółem: 234.22 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.53 g; suma cukrów prostych: 135.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.58 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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.	Barszcz czerwony z ziem. 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: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, gruszka 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3019.85 kcal; Białko ogółem: 118.96 g; Tłuszcz: 88.09 g; Węglowodany ogółem: 446.94 g; Sól: 3.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.54 g; suma cukrów prostych: 169.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.75 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 56.03 g; Węglowodany ogółem: 387.42 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 158.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet pieczony z indyka 40g , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.75 kcal; Białko ogółem: 110.33 g; Tłuszcz: 56.03 g; Węglowodany ogółem: 387.42 g; Sól: 3.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 158.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;

piątek 2025-10-17 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.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Sos pietruszkowy 100g (1,2), 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: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., gruszka 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2395.60 kcal; Białko ogółem: 113.58 g; Tłuszcz: 59.90 g; Węglowodany ogółem: 352.51 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.12 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), 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.	Barszcz czerwony z ziem. 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 pietruszkowy 100g (1,2).	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, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., gruszka 1 szt., Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2787.51 kcal; Białko ogółem: 135.73 g; Tłuszcz: 83.63 g; Węglowodany ogółem: 364.30 g; Sól: 4.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.04 g; suma cukrów prostych: 129.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.09 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), 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), brokuły z wody 120 g, ziemniaki 100g.	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.50 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 76.29 g; Węglowodany ogółem: 281.25 g; Sól: 4.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.39 g; suma cukrów prostych: 140.60 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g;

piątek 2025-10-17 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml (1,2), 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), brokuły z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1973.40 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 73.36 g; Węglowodany ogółem: 227.00 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.06 g; suma cukrów prostych: 138.81 g; Błonnik pokarmowy: 17.60 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-10-18		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2165.18 kcal; Białko ogółem: 106.62 g; Tłuszcz: 88.73 g; Węglowodany ogółem: 239.79 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 125.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(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.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab duszony w sosie własnym 90g*, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3002.58 kcal; Białko ogółem: 132.07 g; Tłuszcz: 104.84 g; Węglowodany ogółem: 376.72 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.92 g; suma cukrów prostych: 103.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;

niedziela 2025-10-19 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 kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Pomidorowa z ryżem 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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2532.42 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 77.39 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; Sól: 2.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.63 g; suma cukrów prostych: 101.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(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.	Pomidorowa z ryżem 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 ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.22 kcal; Białko ogółem: 107.63 g; Tłuszcz: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.18 g; suma cukrów prostych: 101.48 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

niedziela 2025-10-19 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.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (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: kiwi 1szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2682.61 kcal; Białko ogółem: 127.73 g; Tłuszcz: 95.64 g; Węglowodany ogółem: 325.20 g; Sól: 3.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.02 g; suma cukrów prostych: 78.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(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.	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (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 , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3104.28 kcal; Białko ogółem: 155.94 g; Tłuszcz: 102.24 g; Węglowodany ogółem: 383.16 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.73 g; suma cukrów prostych: 126.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g;

niedziela 2025-10-19 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 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).
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.87 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 95.70 g; Węglowodany ogółem: 331.20 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 159.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.88 g;

niedziela 2025-10-19		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 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 ryżowy 1szt., Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2097.82 kcal; Białko ogółem: 104.54 g; Tłuszcz: 80.32 g; Węglowodany ogółem: 240.64 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.18 g; suma cukrów prostych: 153.96 g; Błonnik pokarmowy: 16.78 g;

Dietetyk

.....