

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2025-10-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 40g (2), papryka św. 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Grochowa z ziem. 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), schab na kartki 40g, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3098.81 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 89.54 g; Węglowodany ogółem: 454.84 g; Sól: 3.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.19 g; suma cukrów prostych: 148.73 g; Błonnik pokarmowy: 32.68 g;

poniedziałek 2025-10-20 <b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
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, Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2438.49 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 59.02 g; Węglowodany ogółem: 377.75 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.56 g; suma cukrów prostych: 135.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g;

poniedziałek 2025-10-20 <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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, Twarożek z koperkiem 60g (2), Pomidor 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g (1), 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.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2438.49 kcal; Białko ogółem: 100.86 g; Tłuszcz: 59.02 g; Węglowodany ogółem: 377.75 g; Sól: 2.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.56 g; suma cukrów prostych: 135.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g;

poniedziałek 2025-10-20 <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, Mix салат 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g.	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.		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Grejfrut 1/2 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2389.52 kcal; Białko ogółem: 127.78 g; Tłuszcz: 75.55 g; Węglowodany ogółem: 297.41 g; Sól: 3.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.21 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;

poniedziałek 2025-10-20 <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Twarożek z koperkiem 60g (2), papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix салат 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, makaron z serem 350g* (1,2,3).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Ogórek konserwowy 50g* (11).
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2872.32 kcal; Białko ogółem: 148.43 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 385.41 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.18 g; suma cukrów prostych: 141.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;

poniedziałek 2025-10-20 <b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1).	Brokułowa z ziemniakami 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), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.47 kcal; Białko ogółem: 120.08 g; Tłuszcz: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 294.27 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 155.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.50 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-10-20		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane 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*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2262.52 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 84.96 g; Węglowodany ogółem: 267.65 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.97 g; suma cukrów prostych: 153.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.05 kcal; Białko ogółem: 115.63 g; Tłuszcz: 77.41 g; Węglowodany ogółem: 303.22 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.42 g; suma cukrów prostych: 112.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.56 g;

wtorek 2025-10-21		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), 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,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2160.25 kcal; Białko ogółem: 109.27 g; Tłuszcz: 74.57 g; Węglowodany ogółem: 267.42 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.10 g; suma cukrów prostych: 111.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>środa 2025-10-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, papryka św. 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g,	Pieczarkowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200g*(1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), śliwki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2816.38 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 96.34 g; Węglowodany ogółem: 368.78 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.30 g; suma cukrów prostych: 119.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g;

<b>środa 2025-10-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	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>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2468.09 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 80.10 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.06 g; suma cukrów prostych: 123.11 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

<b>środa 2025-10-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homo waniliowy 60g (2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	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>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2210.09 kcal; Białko ogółem: 106.82 g; Tłuszcz: 57.90 g; Węglowodany ogółem: 322.89 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.86 g; suma cukrów prostych: 123.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

<b>środa 2025-10-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , Kasza gryczana 200 g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posilek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., śliwki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.75 kcal; Białko ogółem: 113.28 g; Tłuszcz: 88.39 g; Węglowodany ogółem: 287.30 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.38 g; suma cukrów prostych: 77.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;

<b>środa 2025-10-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8), papryka św. 50g, szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pasta z soczewicy z suszonymi pomidorami 60g, Mix sałat 10g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza jęczmienna 200 g(1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek homo.owoc. 1 szt. 120g (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2920.15 kcal; Białko ogółem: 141.55 g; Tłuszcz: 98.73 g; Węglowodany ogółem: 364.13 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.22 g; suma cukrów prostych: 133.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;

<b>środa 2025-10-22</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , jarzynka gotowana 120g (1,2,13),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,
		<b>Posilek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2531.75 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 89.24 g; Węglowodany ogółem: 316.22 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.21 g; suma cukrów prostych: 150.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-10-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2310.85 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 86.37 g; Węglowodany ogółem: 274.27 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; suma cukrów prostych: 149.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>czwartek 2025-10-23      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
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), rzodkiewka 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), filet z kurczaka duszony 90g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pieczeniowy 100g (1),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2867.38 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 402.59 g; Sól: 5.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.39 g; suma cukrów prostych: 126.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.72 g;

<b>czwartek 2025-10-23      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
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), twarożek 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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 sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2405.66 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 45.95 g; Węglowodany ogółem: 362.94 g; Sól: 4.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.87 g; suma cukrów prostych: 121.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;

<b>czwartek 2025-10-23      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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), twarożek 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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 sopocka 40g (8), Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2405.66 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 45.95 g; Węglowodany ogółem: 362.94 g; Sól: 4.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.87 g; suma cukrów prostych: 121.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;

<b>czwartek 2025-10-23      Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), szynka na kartki 40g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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 sopocka 40g (8), Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki,
<b>II Śniadanie:</b> Grejfrut 1/2 szt.,		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, kiwi 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2530.26 kcal; Białko ogółem: 113.94 g; Tłuszcz: 68.16 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; Sól: 5.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 75.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.01 g;

<b>czwartek 2025-10-23      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, szynka na kartki 40g, Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), twarożek 60g (2), Mix салат 10g, ser topiony 2 szt. 34g 92),	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), filet z kurczaka 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 sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt. Ciastko zbożowe 1szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3089.71 kcal; Białko ogółem: 149.96 g; Tłuszcz: 84.79 g; Węglowodany ogółem: 404.59 g; Sól: 6.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.82 g; suma cukrów prostych: 148.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;

<b>czwartek 2025-10-23      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), 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*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2630.06 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 86.37 g; Węglowodany ogółem: 332.39 g; Sól: 5.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.29 g; suma cukrów prostych: 136.56 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-10-23		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo.masło 350ml* (1,2,3),	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Herbata z cukrem 250ml*, ziemniaki 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2304.76 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 83.38 g; Węglowodany ogółem: 265.84 g; Sól: 4.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 134.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
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*, surówka z ogórka konserwowego 120g , ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2886.32 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 89.38 g; Węglowodany ogółem: 413.92 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.08 g; suma cukrów prostych: 143.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g;

<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
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,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
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,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6</b>		
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), surówka z ogórka konserwowego 120g , 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,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2155.56 kcal; Białko ogółem: 107.44 g; Tłuszcz: 60.28 g; Węglowodany ogółem: 298.37 g; Sól: 3.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.04 g; suma cukrów prostych: 71.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;

<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
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,
		<b>Posiłek nocny:</b> 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;

<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
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), bukiet warzyw królewski 120g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*,
		<b>Posiłek nocny:</b> Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1960.55 kcal; Białko ogółem: 99.69 g; Tłuszcz: 62.26 g; Węglowodany ogółem: 257.48 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.59 g; suma cukrów prostych: 139.36 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g;

<b>piątek 2025-10-24      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
---	--	--

### 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*, bukiet warzyw królewski 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt.

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1795.55 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 59.06 g; Węglowodany ogółem: 228.68 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.27 g; suma cukrów prostych: 132.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2025-10-25      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 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.
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), gruszka 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2913.43 kcal; Białko ogółem: 110.11 g; Tłuszcz: 96.55 g; Węglowodany ogółem: 405.24 g; Sól: 3.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.89 g; suma cukrów prostych: 108.36 g; Błonnik pokarmowy: 38.67 g;

sobota 2025-10-25      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (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.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.50 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 96.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g;

sobota 2025-10-25      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (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.
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2324.50 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 351.18 g; Sól: 2.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 96.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.77 g;

sobota 2025-10-25      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 65g (1), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g.	Koperkowa z ziemniakami 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.
<b>II Śniadanie:</b> jabłko deserowe 1 szt.,		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, gruszka 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2507.95 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 72.19 g; Węglowodany ogółem: 363.92 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.61 g; suma cukrów prostych: 89.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g;

sobota 2025-10-25      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), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), rzodkiewka 50g.	Koperkowa z ziemniakami 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.
		<b>Posiłek nocny:</b> Ciastko zbożowe 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, gruszka 1 szt.,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3081.70 kcal; Białko ogółem: 141.69 g; Tłuszcz: 97.97 g; Węglowodany ogółem: 410.01 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.97 g; suma cukrów prostych: 137.61 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g;

sobota 2025-10-25      Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13).	Herbata z cukrem 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2).
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2191.22 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 81.77 g; Węglowodany ogółem: 254.43 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.07 g; suma cukrów prostych: 104.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.09 g;

sobota 2025-10-25		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	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*, Jarzynowa z ziemniakami dieta 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1995.07 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 79.06 g; Węglowodany ogółem: 219.01 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych: 104.09 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), papryka św. 50g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g, mizeria z jogurtem 120g (2), 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),
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2696.35 kcal; Białko ogółem: 132.17 g; Tłuszcz: 92.91 g; Węglowodany ogółem: 331.21 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.92 g; suma cukrów prostych: 93.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;

<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, buraczki gotowane 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,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2271.56 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 67.47 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.24 g; suma cukrów prostych: 97.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;

<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 350ml (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 салат 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*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2271.56 kcal; Białko ogółem: 113.88 g; Tłuszcz: 67.47 g; Węglowodany ogółem: 309.44 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.24 g; suma cukrów prostych: 97.14 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;

<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, papryka św. 50g, Ser żółty 50g(2), Mix салат 10g,	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 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 ,
<b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. , mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2485.15 kcal; Białko ogółem: 131.22 g; Tłuszcz: 93.32 g; Węglowodany ogółem: 280.21 g; Sól: 4.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.13 g; suma cukrów prostych: 68.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;

<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9</b>		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), papryka św. 50g, schab na kartki 40g, ser topiony 2 szt. 34g 92), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Mix салат 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*,	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),
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , mandarynki 150g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2788.27 kcal; Białko ogółem: 137.82 g; Tłuszcz: 97.38 g; Węglowodany ogółem: 334.57 g; Sól: 4.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.20 g; suma cukrów prostych: 111.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g;

<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>		
Herbata 250g, Kasza manna na ml. jajo, masło 350ml*, 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,
		<b>Posilek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2431.28 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 74.05 g; Węglowodany ogółem: 327.95 g; Sól: 2.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.21 g; suma cukrów prostych: 137.32 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g;

<b>niedziela 2025-10-26      Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	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),
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt, Banan 1 szt,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2266.88 kcal; Białko ogółem: 109.76 g; Tłuszcz: 97.18 g; Węglowodany ogółem: 242.94 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.67 g; suma cukrów prostych: 116.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.47 g;

Dietetyk

.....