

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2025-11-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Ser żółty 50g(2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix sałat 10g,	Fasolowa z ziemniakami 350ml* (1,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, surówka z marchwi z ananasem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, papryka kons. 50g (11), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt., Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2918.61 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 82.73 g; Węglowodany ogółem: 432.15 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.99 g; suma cukrów prostych: 130.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g;

poniedziałek 2025-11-17 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.87 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; suma cukrów prostych: 131.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;

poniedziałek 2025-11-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.87 kcal; Białko ogółem: 90.15 g; Tłuszcz: 67.90 g; Węglowodany ogółem: 369.25 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.99 g; suma cukrów prostych: 131.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;

poniedziałek 2025-11-17 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml*(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,3), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), schab na kartki 40g, papryka kons. 50g (11),
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Grejfrut 1/2 szt., Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2304.77 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 72.03 g; Węglowodany ogółem: 301.41 g; Sól: 3.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g; suma cukrów prostych: 66.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

poniedziałek 2025-11-17 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, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), ogórek zielony 50g, Ser żółty 50g(2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Mix sałat 10g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchwi z ananasem 120g, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), papryka kons. 50g (11),
		Posilek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt., Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2909.12 kcal; Białko ogółem: 135.64 g; Tłuszcz: 98.58 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g; Sól: 4.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.07 g; suma cukrów prostych: 125.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.28 g;

poniedziałek 2025-11-17 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajko, 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*,
		Posilek nocny: 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 2025-11-17		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*,
		Posiłek nocny: 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 2025-11-18		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,
		Posiłek nocny: 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 Posiłek nocny
środa 2025-11-19		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), gulasz po cygańsku 160g (1,11,13), surówka bułgarska 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 , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), ogórek zielony 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), śliwki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.65 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 98.40 g; Węglowodany ogółem: 377.23 g; Sól: 3.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.36 g; suma cukrów prostych: 115.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;

środa 2025-11-19		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2504.24 kcal; Białko ogółem: 116.46 g; Tłuszcz: 80.01 g; Węglowodany ogółem: 330.51 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.05 g; suma cukrów prostych: 121.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g;

środa 2025-11-19		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.24 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 57.81 g; Węglowodany ogółem: 330.71 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.86 g; suma cukrów prostych: 121.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.47 g;

środa 2025-11-19		
Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
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.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), surówka bułgarska 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,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., śliwki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2429.00 kcal; Białko ogółem: 113.47 g; Tłuszcz: 88.61 g; Węglowodany ogółem: 292.71 g; Sól: 2.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.43 g; suma cukrów prostych: 72.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

środa 2025-11-19		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
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.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Gulasz drobiowy 160g* (1,13) , surówka bułgarska 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,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2946.40 kcal; Białko ogółem: 141.74 g; Tłuszcz: 98.95 g; Węglowodany ogółem: 369.55 g; Sól: 3.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.26 g; suma cukrów prostych: 128.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;

środa 2025-11-19		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż 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*, 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,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2567.90 kcal; Białko ogółem: 121.36 g; Tłuszcz: 89.15 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 149.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-11-19		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajko, masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), 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,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.00 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 86.28 g; Węglowodany ogółem: 282.10 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.87 g; suma cukrów prostych: 147.66 g; Błonnik pokarmowy: 20.51 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-11-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
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), rzodkiewka 50g, ser topiony 2 szt. 34g (92), szynka na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	Kapuśniak 350ml (1,8,11), filet z kurczaka duszony 90g, Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2,13), 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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2891.01 kcal; Białko ogółem: 107.71 g; Tłuszcz: 69.56 g; Węglowodany ogółem: 434.67 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.68 g; suma cukrów prostych: 123.48 g; Błonnik pokarmowy: 39.47 g;

czwartek 2025-11-20 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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), twarożek 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.17 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 381.17 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 123.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g;

czwartek 2025-11-20 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), twarożek 60g (2), szynka na kartki 40g, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), 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, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.17 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 381.17 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 123.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g;

czwartek 2025-11-20 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, twarożek 60g (2), szynka na kartki 40g, Mix sałat 10g.	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sos pietruszkowy 100g (1,2).	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki,
II Śniadanie: Grejfrut 1/2 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt., Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, kiwi 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2501.82 kcal; Białko ogółem: 119.09 g; Tłuszcz: 60.44 g; Węglowodany ogółem: 348.12 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.47 g; suma cukrów prostych: 75.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.16 g;

czwartek 2025-11-20 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, szynka na kartki 40g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), twarożek 60g (2), Mix sałat 10g, serek wiejski 60g (2).	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), filet z kurczaka gotowany 90g, marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g, 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, Ser żółty 50g(2), Polędwica sopocka 40g (8), jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3144.52 kcal; Białko ogółem: 151.03 g; Tłuszcz: 83.40 g; Węglowodany ogółem: 421.81 g; Sól: 4.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.76 g; suma cukrów prostych: 148.70 g; Błonnik pokarmowy: 35.44 g;

czwartek 2025-11-20 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), 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.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.67 kcal; Białko ogółem: 112.25 g; Tłuszcz: 85.56 g; Węglowodany ogółem: 350.39 g; Sól: 2.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 139.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-11-20	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14	
Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masto 350ml,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), 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,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2367.37 kcal; Białko ogółem: 103.04 g; Tłuszcz: 82.57 g; Węglowodany ogółem: 283.84 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.06 g; suma cukrów prostych: 137.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny smaż. 100g (1,3,4,13,8), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2808.49 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 85.90 g; Węglowodany ogółem: 401.63 g; Sól: 3.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.69 g; suma cukrów prostych: 144.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.59 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 57.07 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.86 g; suma cukrów prostych: 137.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2284.59 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 57.07 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.86 g; suma cukrów prostych: 137.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Z ograni. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 3 kromki 90g (1), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao bez cukru 250ml (2), twaróg krajanka 50g(2), filet pieczony z indyka 40g , Mix sałat 10g,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), surówka meksykańska 120g (3,11,13), Sos koperkowy 100g (1,2), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2087.48 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 55.69 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; Sól: 2.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.24 g; suma cukrów prostych: 73.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), 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,	pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), Filet z miruny parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Sos koperkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , ser topiony 2 szt. 34g 92), schab na kartki 40g, papryka św. 50g,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.39 kcal; Białko ogółem: 128.72 g; Tłuszcz: 74.22 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.10 g; suma cukrów prostych: 115.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), Platki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml* (1,2,3), Sucharki 40g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), bukiet warzyw królewski 120g,	Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*,
		Posiłek nocny: Mus ryżowy 1szt., Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2206.87 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 82.80 g; Węglowodany ogółem: 259.64 g; Sól: 4.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.54 g; suma cukrów prostych: 153.44 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g;

piątek 2025-11-21		
Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		

Jadłospisy dla oddziałów

kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),	pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), 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),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2041.87 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 230.84 g; Sól: 3.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.22 g; suma cukrów prostych: 146.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.09 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-11-22		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , szynka na kartki 40g, rzodkiewka 50g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), wątróbka drobiowa smażona 100g z cebulką 50g (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), gruszka 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2715.98 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 88.73 g; Węglowodany ogółem: 373.45 g; Sól: 6.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; suma cukrów prostych: 102.34 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

sobota 2025-11-22		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.35 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 330.01 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 95.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

sobota 2025-11-22		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pomidor 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), ziemniaki 250g,	herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.35 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 55.73 g; Węglowodany ogółem: 330.01 g; Sól: 4.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.88 g; suma cukrów prostych: 95.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

sobota 2025-11-22		
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 almette 2szt. 60g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), 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 wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
II Śniadanie: jabłko deserowe 1 szt. ,		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, gruszka 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2391.65 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 345.87 g; Sól: 5.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.72 g; suma cukrów prostych: 91.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g;

sobota 2025-11-22		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 10g(2), szynka na kartki 40g, serek homo waniliowy 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka 50g,	szpinakowa z ryżem 350ml (2,8,13), pulpet drobiowy parowany 90g(1,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, buraczki gotowane 120g (1,2),	herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Ser żółty 50g(2), Kefir 150g(2) 1szt., Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Ciastko zbożowe 1szt. , Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), mus warzywno-owocowy 100g, gruszka 1 szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2917.90 kcal; Białko ogółem: 140.60 g; Tłuszcz: 85.15 g; Węglowodany ogółem: 390.42 g; Sól: 6.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.96 g; suma cukrów prostych: 130.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

sobota 2025-11-22		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Sucharki 40g (1),	szpinakowa z ryżem 350ml (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),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1995.76 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 215.46 g; Sól: 4.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.24 g; suma cukrów prostych: 90.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;

sobota 2025-11-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna 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*,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1916.12 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 77.86 g; Węglowodany ogółem: 201.41 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.96 g; suma cukrów prostych: 91.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(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, fasolka szparagowa z bułką tartą 120g(1,2), 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),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.43 kcal; Białko ogółem: 136.81 g; Tłuszcz: 96.39 g; Węglowodany ogółem: 343.02 g; Sól: 4.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.84 g; suma cukrów prostych: 95.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), schab na kartki 40g, Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko gotowane 1szt 200g, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g.	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, mandarynki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.00 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 298.82 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;

niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek 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, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.00 kcal; Białko ogółem: 116.94 g; Tłuszcz: 69.18 g; Węglowodany ogółem: 298.82 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;

niedziela 2025-11-23 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), 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, brokuły z wody 120 g. Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), herbata bez cukru 250ml, Ogórek konserwowy 50g* (11), chleb żytni 90g(1) 3 kromki ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. , mandarynki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.23 kcal; Białko ogółem: 132.58 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 280.55 g; Sól: 4.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.86 g; suma cukrów prostych: 67.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;

niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), papryka św. 50g, schab na kartki 40g, Serek almette 2szt. 60g , 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, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ogórek konserwowy 50g* (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , mandarynki 150g.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2918.13 kcal; Białko ogółem: 146.65 g; Tłuszcz: 109.47 g; Węglowodany ogółem: 335.34 g; Sól: 4.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.19 g; suma cukrów prostych: 118.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;

niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Platki owsiane 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, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2510.23 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 75.25 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; Sól: 2.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.01 g; suma cukrów prostych: 150.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;

niedziela 2025-11-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane 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),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2345.83 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 98.38 g; Węglowodany ogółem: 260.54 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.47 g; suma cukrów prostych: 128.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;

Dietetyk

.....