

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(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), rzodkiewka 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix салат 10g.	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3109.76 kcal; Białko ogółem: 125.21 g; Tłuszcz: 83.22 g; Węglowodany ogółem: 468.33 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.57 g; suma cukrów prostych: 134.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
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 na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g, Herbata z cukrem 250ml*.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.38 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 66.95 g; Węglowodany ogółem: 398.64 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 122.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
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 na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Pomidor 50g, Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13).	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g.
		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2590.38 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 66.95 g; Węglowodany ogółem: 398.64 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 122.15 g; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), rzodkiewka 50g, Mix салат 10g.	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Risotto 300g*(13), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*.	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g.
II Śniadanie: Grejfrut 1/2 szt ,		Posilek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2792.19 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 79.70 g; Węglowodany ogółem: 408.77 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.40 g; suma cukrów prostych: 89.36 g; Błonnik pokarmowy: 47.16 g;

poniedziałek 2025-12-22 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 na kartki 40g, Serek Tartare 3 szt (60g) (2), rzodkiewka 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), Mix салат 10g.	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Leniwe z masłem i cukrem 350g(1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g.	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica wiśniowa 60g (1,2,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Pomidor 50g.
		Posilek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), pomarańcza 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3073.05 kcal; Białko ogółem: 124.80 g; Tłuszcz: 96.56 g; Węglowodany ogółem: 420.71 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.51 g; suma cukrów prostych: 131.98 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml, Sucharki 40g (1),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Marchew gotowana 100 g, ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.18 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 82.84 g; Węglowodany ogółem: 318.84 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.97 g; suma cukrów prostych: 147.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13),
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.65 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 82.25 g; Węglowodany ogółem: 268.34 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.28 g; suma cukrów prostych: 146.27 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw dieta 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Banan 1 szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2094.62 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 75.10 g; Węglowodany ogółem: 251.00 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.33 g; suma cukrów prostych: 135.55 g; Błonnik pokarmowy: 17.60 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser żółty 50g(2), masło 10g - 1 szt. (2), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	grzybowa z makaronem 350ml (1,2,3,8,13), Kapusta z grochem 120g*, karp smażony 150g* (1) , kompot z suszu 250ml, ziemniaki 250g.	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), twarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Grejfrut 1/2 szt , Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3006.30 kcal; Białko ogółem: 136.05 g; Tłuszcz: 101.13 g; Węglowodany ogółem: 384.06 g; Sól: 7.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.75 g; suma cukrów prostych: 96.81 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), serek homo waniliowy 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.44 kcal; Białko ogółem: 118.49 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 118.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), serek homo waniliowy 60g (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarożek 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Grejfrut 1/2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.44 kcal; Białko ogółem: 118.49 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węglowodany ogółem: 354.23 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.50 g; suma cukrów prostych: 118.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 50g(2), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), ogórek zielony 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , twarożek 60g (2), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g,
II Śniadanie: gruszka 1 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. , Grejfrut 1/2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2755.33 kcal; Białko ogółem: 124.94 g; Tłuszcz: 84.72 g; Węglowodany ogółem: 374.89 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.20 g; suma cukrów prostych: 84.23 g; Błonnik pokarmowy: 43.85 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1 szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), masło 10g - 1 szt. (2), serek homo waniliowy 60g (2), Ser żółty 50g(2), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), ogórek zielony 50g, Mix sałat 10g.	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 250g, Sos koperkowy 100g (1,2).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarożek 60g (2), Poledwica sopocka drobiowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , Jogurt owocowy 100g 1szt (2), Grejfrut 1/2 szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2980.78 kcal; Białko ogółem: 149.83 g; Tłuszcz: 95.36 g; Węglowodany ogółem: 370.58 g; Sól: 4.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.34 g; suma cukrów prostych: 121.28 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2).	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml(8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.47 kcal; Białko ogółem: 100.70 g; Tłuszcz: 78.02 g; Węglowodany ogółem: 238.98 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.60 g; suma cukrów prostych: 147.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

środa 2025-12-24		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Banan 1 szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2082.92 kcal; Białko ogółem: 101.34 g; Tłuszcz: 78.05 g; Węglowodany ogółem: 245.87 g; Sól: 3.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.61 g; suma cukrów prostych: 148.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, baleron 40g *, ser topiony 2 szt. 34g 92), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Piernik 100g*(1,2,3,6,7),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), rolada wołowa 140g, Kluski śląskie - 200, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos pieczeniowy 100g (1),	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), papryka kons. 50g (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Ciastko zbożowe 1szt. , Napój roślinny 330g*, mandarynki 150g, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3130.59 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz: 92.10 g; Węglowodany ogółem: 432.30 g; Sól: 5.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.44 g; suma cukrów prostych: 147.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), filet pieczony z indyka 40g , Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, ciasto jogurtowe 100g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , Kluski śląskie - 200, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.53 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 72.54 g; Węglowodany ogółem: 363.04 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 122.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), twaróg krajanka 50g(2), filet pieczony z indyka 40g , Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, ciasto jogurtowe 100g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , Kluski śląskie - 200, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2685.53 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 72.54 g; Węglowodany ogółem: 363.04 g; Sól: 3.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.57 g; suma cukrów prostych: 122.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 50g(2), Mix sałat 10g, ciasto jogurtowe 100g* (1,2,3), II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sztuka mięsa - wołowina 90g , Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , papryka kons. 50g (11),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., mandarynki 150g, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.80 kcal; Białko ogółem: 139.55 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 388.72 g; Sól: 4.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 104.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
kasza manna na mleku 350ml (1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 50g(2), rzodkiewka 50g, ser topiony 2 szt. 34g 92), Mix sałat 10g, ciasto jogurtowe 100g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), sztuka mięsa - wołowina 90g , Kluski śląskie - 200, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Sos jarzynowy 100g* (1,2,13),	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , połędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), papryka kons. 50g (11), serek wiejski 60g (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt. , mandarynki 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3241.95 kcal; Białko ogółem: 151.82 g; Tłuszcz: 101.67 g; Węglowodany ogółem: 406.78 g; Sól: 5.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.62 g; suma cukrów prostych: 149.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna 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*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.75 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 75.01 g; Węglowodany ogółem: 275.42 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.58 g; suma cukrów prostych: 125.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-12-25		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuly z wody 120 g.	Herbata z cukrem 250ml*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Banan 1 szt, Mus ryżowy 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2220.55 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 80.46 g; Węglowodany ogółem: 247.89 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.73 g; suma cukrów prostych: 124.30 g; Błonnik pokarmowy: 20.78 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-26		
Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), kakao 250ml (1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g, Sałatka jarzynowa - 100g (1,2,3,13), Sernik 100g.(1,2,3),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Surówka z selera z rodzynkami 120g* (2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g,	Herbata z cukrem 250ml*, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 40g, rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. , Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3690.54 kcal; Białko ogółem: 147.79 g; Tłuszcz: 137.44 g; Węglowodany ogółem: 461.52 g; Sól: 5.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.70 g; suma cukrów prostych: 142.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.10 g;

piątek 2025-12-26		
Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Serek almette 2szt. 60g , kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Sernik 100g.(1,2,3), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Szpinak gotowany 120g(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 , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3228.56 kcal; Białko ogółem: 141.03 g; Tłuszcz: 115.74 g; Węglowodany ogółem: 407.03 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.13 g; suma cukrów prostych: 136.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g;

piątek 2025-12-26		
Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopočka 40g (8), Serek almette 2szt. 60g , kakao 250ml (1,2), Pomidor 50g, Mix sałat 10g, Sernik 100g.(1,2,3), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Szpinak gotowany 120g(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 , schab na kartki 40g, Pomidor 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2995.36 kcal; Białko ogółem: 134.07 g; Tłuszcz: 93.18 g; Węglowodany ogółem: 406.75 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.68 g; suma cukrów prostych: 137.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g;

piątek 2025-12-26		
Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki , masło 10g - 1 szt. (2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), Serek almette 2szt. 60g , Pomidor 50g, Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Kakao b/c 250 ml, Mix sałat 10g, Sernik 100g.(1,2,3), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13), II Śniadanie: kiwi 1szt.,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), schab na kartki 40g, rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt, jabłko deserowe 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3477.55 kcal; Białko ogółem: 146.07 g; Tłuszcz: 122.80 g; Węglowodany ogółem: 447.26 g; Sól: 4.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.09 g; suma cukrów prostych: 98.21 g; Błonnik pokarmowy: 46.42 g;

piątek 2025-12-26		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Płatki jęczmienne na mleku 350 ml* (1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), Serek almette 2szt. 60g , Polędwica sopočka 40g (8), Kiełbaska wieprzowa 2szt. (1,8), Pomidor 50g, kakao 250ml (1,2), Mix sałat 10g, Sernik 100g.(1,2,3), sałatka jarzynowa dieta 100g (1,2,13),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), ziemniaki 250g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), schab na kartki 40g, masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka 50g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Ciastko zbożowe 1szt. , jabłko deserowe 1 szt. , jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3643.46 kcal; Białko ogółem: 161.12 g; Tłuszcz: 138.00 g; Węglowodany ogółem: 423.98 g; Sól: 5.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 63.05 g; suma cukrów prostych: 139.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g;

piątek 2025-12-26		
Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), bułka wrocławska 100g (1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Szpinak gotowany 120g(2), Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Krupnik 350ml(1,8,13), brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 40g (2), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), zraz wieprzowy 90g (1,3), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Sos pieczarkowy 100 ml (1,2).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, ogórek zielony 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., gruszka 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2930.93 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 93.59 g; Węglowodany ogółem: 404.62 g; Sól: 3.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.72 g; suma cukrów prostych: 104.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.94 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homog. nat. 60g.(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Mus ryżowy 1szt.,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.56 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 55.19 g; Węglowodany ogółem: 385.04 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.47 g; suma cukrów prostych: 124.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), masło 10g - 1 szt. (2), szynka na kartki 40g, serek homog. nat. 60g.(2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Polędwica sopocka 40g (8), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2460.56 kcal; Białko ogółem: 107.93 g; Tłuszcz: 55.19 g; Węglowodany ogółem: 385.04 g; Sól: 2.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.47 g; suma cukrów prostych: 124.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwoprzyswajalnych węglowodanów 6		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), Ser żółty 40g (2), szynka na kartki 40g, papryka św. 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 250g.	masło 10g - 1 szt. (2), chleb żytni 90g(1) 3 kromki, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), herbata bez cukru 250ml, ogórek zielony 50g.
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt.		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., gruszka 1 szt., jogurt naturalny 100g (2) 1szt.

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.80 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 76.20 g; Węglowodany ogółem: 379.06 g; Sól: 3.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.01 g; suma cukrów prostych: 77.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.59 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka na kartki 40g, Ser żółty 40g (2), papryka św. 50g, serek homog. nat. 60g.(2), kajzerka 50g (1), Mix sałat 10g.	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), surówka z ogórka konserwowego 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy 100g (1,2,3), ziemniaki 250g.	herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), Polędwica sopocka 40g (8), twaróg krajanka 50g(2), ogórek zielony 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Ciastko zbożowe 1szt., Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2983.05 kcal; Białko ogółem: 138.00 g; Tłuszcz: 85.19 g; Węglowodany ogółem: 411.33 g; Sól: 4.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.01 g; suma cukrów prostych: 141.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml.jajo.masło 350ml, sucharki 30g*(1).	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2).	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt., Jogurt owocowy 100g 1szt. (2).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.88 kcal; Białko ogółem: 109.53 g; Tłuszcz: 80.30 g; Węglowodany ogółem: 304.67 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.88 g; suma cukrów prostych: 162.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.58 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Herbata 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus ryżowy 1szt., Banan 1 szt, Jogurt owocowy 100g 1szt (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2320.68 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 86.45 g; Węglowodany ogółem: 284.04 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.12 g; suma cukrów prostych: 161.16 g; Błonnik pokarmowy: 20.50 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), masło 10g - 1 szt. (2), filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), rzodkiewka 50g, Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Mix sałat 10g.	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g w sosie własnym, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, pomarańcza 1 szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2736.14 kcal; Białko ogółem: 129.36 g; Tłuszcz: 73.65 g; Węglowodany ogółem: 389.56 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; suma cukrów prostych: 93.26 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), filet pieczony z indyka 40g, twaróg 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2238.10 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 52.06 g; Węglowodany ogółem: 338.65 g; Sól: 2.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.38 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), szynka na kartki 40g, twaróg 60g (2), masło 10g - 1 szt. (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g, Mix sałat 10g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.30 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 338.81 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.02 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet pieczony z indyka 40g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), rzodkiewka 50g, kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Mix sałat 10g.	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	chleb żytni 90g(1) 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), herbata bez cukru 250ml, Pomidor 50g.
II Śniadanie: Grejfrut 1/2 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2663.22 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 72.23 g; Węglowodany ogółem: 386.14 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 73.40 g; Błonnik pokarmowy: 46.42 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa 9		
Platki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), masło 10g - 1 szt. (2), Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), filet pieczony z indyka 40g, rzodkiewka 50g, Pasta z tuńczyka z jajkiem 60g (3,4,13), Serek Tartare 3 szt (60g) (2), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Mix sałat 10g.	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), sztuka mięsa z szynki wieprzowej 90g, ziemniaki 250g, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sos szpinakowy 100ml (1,2).	chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, masło 10g - 1 szt. (2), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Pomidor 50g.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, pomarańcza 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Ciastko zbożowe 1szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3014.27 kcal; Białko ogółem: 140.17 g; Tłuszcz: 95.62 g; Węglowodany ogółem: 398.00 g; Sól: 4.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.77 g; suma cukrów prostych: 117.61 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Papkowata 12		
Herbata 250g, Platki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, bułka wrocławska 100g (1).	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 10g - 1 szt. (2).	Herbata 250g, Grysikowa 350ml*(1,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*.
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.05 kcal; Białko ogółem: 111.99 g; Tłuszcz: 93.14 g; Węglowodany ogółem: 305.61 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 147.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

niedziela 2025-12-28	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14	
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), masło 20g - 2 szt.(2), ziemniaki 100g,	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 100g, masło 10g - 1 szt. (2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Banan 1 szt, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2493.45 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 105.60 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.74 g; suma cukrów prostych: 126.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;

Dietetyk

.....