

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-03		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Płatki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek ze szczypiorkiem 60g (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa fasolowa z ziemniakami^ 350ml (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 6 SOJ), Jajko gotowane w sosie chrzanowym 2szt (1 GLU, 3 JAJ), Kompot SC 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem- G 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka konserwowa 80g (10 GOR), Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3024.88 kcal; Białko ogółem: 137.05 g; Tłuszcz: 77.12 g; Węglowodany przyswajalne: 423.06 g; Magnez: 530.34 mg; Wapń: 1154.19 mg; Witamina A: 1562.30 mg; Sód: 1916.40 mg; Witamina E: 8.23 mg; Błonnik pokarmowy: 56.55 g; Żelazo: 19.16 mg; Witamina C: 308.69 mg; Witamina B12: 4.63 mg; Witamina B6: 3.83 mg; suma cukrów prostych: 77.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.28 g;		
poniedziałek 2026-08-03		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Płatki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek z koperkiem 60g (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Ryż gotowany z duszonymi jabłkami 350g , Kompot SC 250ml , Marchew gotowana z olejem 120g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.77 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 49.47 g; Węglowodany przyswajalne: 356.78 g; Magnez: 300.99 mg; Wapń: 1021.13 mg; Witamina A: 3064.34 mg; Sód: 1121.29 mg; Witamina E: 9.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; Żelazo: 9.63 mg; Witamina C: 142.93 mg; Witamina B12: 2.94 mg; Witamina B6: 1.90 mg; suma cukrów prostych: 101.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-03		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek z koperkiem 60g (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Ryż gotowany z duszonymi jabłkami 350g , Kompot SC 250ml , Marchew gotowana z olejem 120g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2242.77 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 49.47 g; Węglowodany przyswajalne: 356.78 g; Magnez: 300.99 mg; Wapń: 1021.13 mg; Witamina A: 3064.34 mg; Sód: 1121.29 mg; Witamina E: 9.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.55 g; Żelazo: 9.63 mg; Witamina C: 142.93 mg; Witamina B12: 2.94 mg; Witamina B6: 1.90 mg; suma cukrów prostych: 101.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.41 g;

poniedziałek 2026-08-03		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek ze szczypiorkiem 60g (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Moński 50g , Szynka na kartki Nikpol 40g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Jajko gotowane w sosie chrzanowym 2szt (1 GLU, 3 JAJ), Kompot SC 250ml , Surówka z marchewki i jabłka z olejem- G 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Serek wiejski Mlekpól 60g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka konserwowa 80g (10 GOR), Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata lipowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2983.24 kcal; Białko ogółem: 136.63 g; Tłuszcz: 84.64 g; Węglowodany przyswajalne: 400.09 g; Magnez: 433.57 mg; Wapń: 1562.47 mg; Witamina A: 1810.90 mg; Sód: 2417.85 mg; Witamina E: 8.57 mg; Błonnik pokarmowy: 45.90 g; Żelazo: 14.58 mg; Witamina C: 334.77 mg; Witamina B12: 5.85 mg; Witamina B6: 3.33 mg; suma cukrów prostych: 78.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g;

poniedziałek 2026-08-03		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek ze szczypiorkiem 60g (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Jajko gotowane w sosie chrzanowym 2szt (1 GLU, 3 JAJ), Surówka z marchewki i jabłka z olejem- G 120g , Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Papryka konserwowa 80g (10 GOR), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
II Śniadanie: Herbata lipowa b/cukru 250ml , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2729.86 kcal; Białko ogółem: 107.31 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany przyswajalne: 406.95 g; Magnez: 457.32 mg; Wapń: 819.39 mg; Witamina A: 1592.70 mg; Sód: 2439.98 mg; Witamina E: 9.14 mg; Błonnik pokarmowy: 59.65 g; Żelazo: 16.86 mg; Witamina C: 334.76 mg; Witamina B12: 3.54 mg; Witamina B6: 3.42 mg; suma cukrów prostych: 62.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Krupnik z ziemniakami ^A SC 350ml (1 GLU, 9 SEL), Filet z kurczaka pieczony ^A 90g , Kompot SC 250ml , Sałatka z buraków z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Ziemniaki gotowane. 250g , Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Schab na kartki Nikpol 40g , Herbata bez cukru 250ml , Rzodkiewka 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia ^A 1szt , Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.57 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 55.43 g; Węglowodany przyswajalne: 353.54 g; Magnez: 354.73 mg; Wapń: 572.50 mg; Witamina A: 919.42 mg; Sód: 1138.54 mg; Witamina E: 4.01 mg; Błonnik pokarmowy: 44.91 g; Żelazo: 9.96 mg; Witamina C: 167.89 mg; Witamina B12: 2.04 mg; Witamina B6: 3.71 mg; suma cukrów prostych: 63.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g ,	Krupnik z ziemniakami ^A SC 350ml (1 GLU, 9 SEL), Filet z kurczaka gotowany 90g , Kompot SC 250ml , Buraczki gotowane z olejem 120g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia ^A 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.24 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 54.55 g; Węglowodany przyswajalne: 363.53 g; Magnez: 364.82 mg; Wapń: 622.67 mg; Witamina A: 1094.30 mg; Sód: 1057.55 mg; Witamina E: 7.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; Żelazo: 11.70 mg; Witamina C: 186.10 mg; Witamina B12: 2.07 mg; Witamina B6: 3.78 mg; suma cukrów prostych: 74.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.86 g;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g ,	Krupnik z ziemniakami ^A SC 350ml (1 GLU, 9 SEL), Filet z kurczaka gotowany 90g , Kompot SC 250ml , Buraczki gotowane z olejem 120g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia ^A 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2480.24 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 54.55 g; Węglowodany przyswajalne: 363.53 g; Magnez: 364.82 mg; Wapń: 622.67 mg; Witamina A: 1094.30 mg; Sód: 1057.55 mg; Witamina E: 7.59 mg; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; Żelazo: 11.70 mg; Witamina C: 186.10 mg; Witamina B12: 2.07 mg; Witamina B6: 3.78 mg; suma cukrów prostych: 74.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-08-04			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser topiony trójkąt 2szt 1Por (7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ),			Krupnik z ziemniakami^ SC 350ml (1 GLU, 9 SEL), Filet z kurczaka gotowany 90g , Kompot SC 250ml , Sałatka z buraków z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Arbuz 150g ,
Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Serek waniliowy President 60g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Rzodkiewka 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),			
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2820.53 kcal; Białko ogółem: 125.26 g; Tłuszcz: 70.31 g; Węglowodany przyswajalne: 381.38 g; Magnez: 373.38 mg; Wapń: 914.95 mg; Witamina A: 1086.56 mg; Sód: 1112.81 mg; Witamina E: 4.22 mg; Błonnik pokarmowy: 45.02 g; Żelazo: 10.02 mg; Witamina C: 179.52 mg; Witamina B12: 3.40 mg; Witamina B6: 3.85 mg; suma cukrów prostych: 92.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.92 g;

wtorek 2026-08-04			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ),			Krupnik z ziemniakami^ SC 350ml (1 GLU, 9 SEL), Filet z kurczaka gotowany 90g , Sałatka z buraków z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Arbuz 150g ,
chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Schab na kartki Nikpol 40g , Rzodkiewka 80g , Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),			
II Śniadanie: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Owsianka z owocami 1szt (1 GLU),			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.70 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 57.72 g; Węglowodany przyswajalne: 377.87 g; Magnez: 455.03 mg; Wapń: 606.42 mg; Witamina A: 1005.46 mg; Sód: 1811.14 mg; Witamina E: 5.63 mg; Błonnik pokarmowy: 60.43 g; Żelazo: 13.74 mg; Witamina C: 179.51 mg; Witamina B12: 1.99 mg; Witamina B6: 3.97 mg; suma cukrów prostych: 71.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Papryka św. 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z tuńczyka 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g , chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami [^] 350ml (7 BIA, 9 SEL), Sos bolognese SC 160g (7 BIA, 1 GLU), Makaron gotowany 200g (1 GLU), Kompot SC 250ml , surówka coleslaw z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Nektarynka-S 1szt , Ser żółty Moński 20g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Herbata bez cukru 250ml , Ogórek zielony 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Mus owocowy Agiberia [^] 1szt , Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2670.12 kcal; Białko ogółem: 122.83 g; Tłuszcz: 83.87 g; Węglowodany przyswajalne: 344.57 g; Magnez: 316.76 mg; Wapń: 1131.22 mg; Witamina A: 1683.30 mg; Sód: 1523.39 mg; Witamina E: 11.76 mg; Błonnik pokarmowy: 37.55 g; Żelazo: 11.58 mg; Witamina C: 220.62 mg; Witamina B12: 4.37 mg; Witamina B6: 2.42 mg; suma cukrów prostych: 79.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.08 g;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z białka jaja 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami [^] 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Sos mięsno-pomidorowy 160g (1 GLU), Kompot SC 250ml , brokuły gotowane z olejem 120g , Makaron gotowany 200g (1 GLU), Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Mus owocowy Agiberia [^] 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.37 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany przyswajalne: 340.60 g; Magnez: 326.47 mg; Wapń: 1024.86 mg; Witamina A: 1861.67 mg; Sód: 1365.81 mg; Witamina E: 12.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; Żelazo: 11.65 mg; Witamina C: 197.69 mg; Witamina B12: 3.79 mg; Witamina B6: 2.26 mg; suma cukrów prostych: 76.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.18 g;

środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z białka jaja 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami [^] 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Sos mięsno-pomidorowy 160g (1 GLU), Kompot SC 250ml , brokuły gotowane z olejem 120g , Makaron gotowany 200g (1 GLU), Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Mus owocowy Agiberia [^] 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.37 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 59.78 g; Węglowodany przyswajalne: 340.60 g; Magnez: 326.47 mg; Wapń: 1024.86 mg; Witamina A: 1861.67 mg; Sód: 1365.81 mg; Witamina E: 12.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; Żelazo: 11.65 mg; Witamina C: 197.69 mg; Witamina B12: 3.79 mg; Witamina B6: 2.26 mg; suma cukrów prostych: 76.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-08-05			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Papryka św. 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek 60g (7 BIA, 7 MLE), Pasta z tuńczyka 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 9 SEL), Sos mięsno-pomidorowy 160g (1 GLU), Kompot SC 250ml , surówka colesław z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Makaron gotowany 200g (1 GLU), Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Serek wiejski Mlekpól 60g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Ogórek zielony 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),	
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2702.97 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 80.69 g; Węglowodany przyswajalne: 352.77 g; Magnez: 304.71 mg; Wapń: 1053.32 mg; Witamina A: 1666.81 mg; Sód: 1461.25 mg; Witamina E: 11.34 mg; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; Żelazo: 10.37 mg; Witamina C: 219.03 mg; Witamina B12: 4.60 mg; Witamina B6: 2.47 mg; suma cukrów prostych: 81.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.01 g;

środa 2026-08-05			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Papryka św. 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z tuńczyka 60g (3 JAJ), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Filet zapiekany Nik-pol 40g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 9 SEL), Sos mięsno-pomidorowy 160g (1 GLU), surówka colesław z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Kompot bez cukru. SC 250ml , Makaron razowy gotowany 200g (1 GLU),	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Ogórek zielony 80g , Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),	
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata owocowa b/cukru 250ml , Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.24 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 71.77 g; Węglowodany przyswajalne: 339.22 g; Magnez: 365.05 mg; Wapń: 676.46 mg; Witamina A: 1570.95 mg; Sód: 1926.39 mg; Witamina E: 12.31 mg; Błonnik pokarmowy: 54.09 g; Żelazo: 13.03 mg; Witamina C: 218.96 mg; Witamina B12: 2.73 mg; Witamina B6: 2.46 mg; suma cukrów prostych: 64.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-06		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser topiony trójkąt 2szt 1Por (7 MLE), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Schab pieczony 90g w sosie 80g własnym 1Por (1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2), Kompot SC 250ml , Salata zielona z sosem vinegret. 80g , Ziemniaki gotowane. 250g , Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), połędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Herbata bez cukru 250ml , Pomidor 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1g , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2738.08 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 77.66 g; Węglowodany przyswajalne: 376.31 g; Magnez: 378.91 mg; Wapń: 634.08 mg; Witamina A: 1084.80 mg; Sód: 2329.49 mg; Witamina E: 10.10 mg; Błonnik pokarmowy: 50.04 g; Żelazo: 12.54 mg; Witamina C: 212.35 mg; Witamina B12: 2.23 mg; Witamina B6: 3.52 mg; suma cukrów prostych: 74.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g;

czwartek 2026-08-06		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), bitka schabowa gotowana 90g , Kompot SC 250ml , Salata zielona z sosem vinegret. 80g , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), połędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1g , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.78 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 55.83 g; Węglowodany przyswajalne: 368.31 g; Magnez: 377.44 mg; Wapń: 632.20 mg; Witamina A: 1454.45 mg; Sód: 1610.92 mg; Witamina E: 8.62 mg; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; Żelazo: 12.25 mg; Witamina C: 210.31 mg; Witamina B12: 2.85 mg; Witamina B6: 3.99 mg; suma cukrów prostych: 75.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.78 g;

czwartek 2026-08-06		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Platki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), bitka schabowa gotowana 90g , Kompot SC 250ml , Salata zielona z sosem vinegret. 80g , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), połędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1g , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2497.78 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 55.83 g; Węglowodany przyswajalne: 368.31 g; Magnez: 377.44 mg; Wapń: 632.20 mg; Witamina A: 1454.45 mg; Sód: 1610.92 mg; Witamina E: 8.62 mg; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; Żelazo: 12.25 mg; Witamina C: 210.31 mg; Witamina B12: 2.85 mg; Witamina B6: 3.99 mg; suma cukrów prostych: 75.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-08-06			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Jajo gotowane 1szt (3 JAJ), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), bitka schabowa gotowana 90g , Kompot SC 250ml , Sałata zielona z sosem vinegret. 80g , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Ser topiony trójkąt 2szt 1Por (7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Pomidor 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata lipowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1g , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2967.74 kcal; Białko ogółem: 135.92 g; Tłuszcz: 82.67 g; Węglowodany przyswajalne: 388.97 g; Magnez: 413.04 mg; Wapń: 959.30 mg; Witamina A: 1564.75 mg; Sód: 1791.72 mg; Witamina E: 8.18 mg; Błonnik pokarmowy: 50.96 g; Żelazo: 14.14 mg; Witamina C: 218.93 mg; Witamina B12: 4.57 mg; Witamina B6: 4.13 mg; suma cukrów prostych: 96.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.70 g;

czwartek 2026-08-06			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), bitka schabowa gotowana 90g , Sałata zielona z sosem vinegret. 80g , Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Jabłko 1szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata lipowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1g , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2812.59 kcal; Białko ogółem: 120.06 g; Tłuszcz: 67.42 g; Węglowodany przyswajalne: 394.79 g; Magnez: 466.49 mg; Wapń: 673.02 mg; Witamina A: 1368.65 mg; Sód: 2200.54 mg; Witamina E: 9.21 mg; Błonnik pokarmowy: 63.70 g; Żelazo: 15.86 mg; Witamina C: 218.92 mg; Witamina B12: 2.77 mg; Witamina B6: 4.16 mg; suma cukrów prostych: 83.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.77 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-07		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Biełuński 50g (7 BIA, 7 MLE), Miód 2szt-50g 1Por , chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Filet z dorsza pieczony 90g , Kompot SC 250ml , Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 120g (10 GOR), Ziemniaki gotowane. 250g , Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2830.21 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 61.68 g; Węglowodany przyswajalne: 440.22 g; Magnez: 482.49 mg; Wapń: 1067.61 mg; Witamina A: 1948.91 mg; Sód: 1939.73 mg; Witamina E: 8.66 mg; Błonnik pokarmowy: 49.62 g; Żelazo: 12.18 mg; Witamina C: 298.51 mg; Witamina B12: 4.18 mg; Witamina B6: 4.24 mg; suma cukrów prostych: 120.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.28 g;

piątek 2026-08-07		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Biełuński 50g (7 BIA, 7 MLE), Miód 2szt-50g 1Por , Pomidor 80g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Filet z dorsza parowany 100g , Kompot SC 250ml , Salátka z selera i jabłka z olejem 120g (9 SEL), Ziemniaki gotowane. 250g , Sos koperkowy . 100ml (1 GLU), Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.15 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 53.35 g; Węglowodany przyswajalne: 434.93 g; Magnez: 470.28 mg; Wapń: 1077.77 mg; Witamina A: 1125.72 mg; Sód: 1516.45 mg; Witamina E: 8.88 mg; Błonnik pokarmowy: 37.11 g; Żelazo: 12.02 mg; Witamina C: 196.93 mg; Witamina B12: 4.31 mg; Witamina B6: 4.26 mg; suma cukrów prostych: 120.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g;

piątek 2026-08-07		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Biełuński 50g (7 BIA, 7 MLE), Miód 2szt-50g 1Por , Pomidor 80g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Filet z dorsza parowany 100g , Kompot SC 250ml , Salátka z selera i jabłka z olejem 120g (9 SEL), Ziemniaki gotowane. 250g , Sos koperkowy . 100ml (1 GLU), Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.15 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 53.35 g; Węglowodany przyswajalne: 434.93 g; Magnez: 470.28 mg; Wapń: 1077.77 mg; Witamina A: 1125.72 mg; Sód: 1516.45 mg; Witamina E: 8.88 mg; Błonnik pokarmowy: 37.11 g; Żelazo: 12.02 mg; Witamina C: 196.93 mg; Witamina B12: 4.31 mg; Witamina B6: 4.26 mg; suma cukrów prostych: 120.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-07			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Filet zapiekany Nik-pol 40g , Ser biały plaster Bieruński 50g (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Moński 50g ,			Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Filet z dorsza parowany 100g , Kompot SC 250ml , Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 120g (10 GOR), Ziemniaki gotowane. 250g , Sos koperkowy . 100ml (1 GLU), Banan 1szt ,
Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Serek tartare 3szt (7 BIA), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),			
II Śniadanie: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,			Posiłek nocny: Woda z cytryną 250ml , Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2882.32 kcal; Białko ogółem: 130.66 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany przyswajalne: 409.42 g; Magnez: 478.85 mg; Wapń: 1483.55 mg; Witamina A: 2102.77 mg; Sód: 1902.14 mg; Witamina E: 8.65 mg; Błonnik pokarmowy: 46.93 g; Żelazo: 11.96 mg; Witamina C: 299.49 mg; Witamina B12: 5.20 mg; Witamina B6: 4.22 mg; suma cukrów prostych: 117.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.40 g;

piątek 2026-08-07			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Bieruński 50g (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Filet zapiekany Nik-pol 40g ,			Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Filet z dorsza parowany 100g , Surówka z ogórka kiszzonego z olejem 120g (10 GOR), Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos koperkowy . 100ml (1 GLU), kiwi 1szt ,
chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Papryka św. 80g , Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),			
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,			Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2572.58 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 56.55 g; Węglowodany przyswajalne: 383.55 g; Magnez: 495.97 mg; Wapń: 817.23 mg; Witamina A: 1871.77 mg; Sód: 1961.64 mg; Witamina E: 9.02 mg; Błonnik pokarmowy: 59.90 g; Żelazo: 14.82 mg; Witamina C: 340.58 mg; Witamina B12: 3.31 mg; Witamina B6: 3.82 mg; suma cukrów prostych: 71.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-08		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Mońki 50g , Schab na kartki Nikpol 40g , chleb razowy 1 kromka 1g (1 GLU),	Zupa koperkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Bigos z kapusty mieszanej SC 250g (3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Ziemniaki gotowane. 250g , bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Kompot SC 250ml , Morela 2szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Herbata z cukrem . 250ml , Rzodkiewka 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.04 kcal; Białko ogółem: 106.23 g; Tłuszcz: 81.25 g; Węglowodany przyswajalne: 356.36 g; Magnez: 406.80 mg; Wapń: 1235.39 mg; Witamina A: 1826.55 mg; Sód: 1909.28 mg; Witamina E: 9.81 mg; Błonnik pokarmowy: 53.22 g; Żelazo: 13.25 mg; Witamina C: 298.72 mg; Witamina B12: 2.73 mg; Witamina B6: 3.52 mg; suma cukrów prostych: 87.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g;		
sobota 2026-08-08		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek waniliowy President 60g , Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 100g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Kompot SC 250ml , bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Morela 2szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata z cukrem . 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.06 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany przyswajalne: 365.80 g; Magnez: 379.32 mg; Wapń: 693.56 mg; Witamina A: 1731.86 mg; Sód: 1128.27 mg; Witamina E: 7.56 mg; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; Żelazo: 11.76 mg; Witamina C: 195.20 mg; Witamina B12: 2.50 mg; Witamina B6: 3.37 mg; suma cukrów prostych: 83.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.85 g;		
sobota 2026-08-08		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek waniliowy President 60g , Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 100g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Kompot SC 250ml , bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Morela 2szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata z cukrem . 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2445.06 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 51.12 g; Węglowodany przyswajalne: 365.80 g; Magnez: 379.32 mg; Wapń: 693.56 mg; Witamina A: 1731.86 mg; Sód: 1128.27 mg; Witamina E: 7.56 mg; Błonnik pokarmowy: 32.66 g; Żelazo: 11.76 mg; Witamina C: 195.20 mg; Witamina B12: 2.50 mg; Witamina B6: 3.37 mg; suma cukrów prostych: 83.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.85 g;		
sobota 2026-08-08		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07		

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser topiony trójkąt 2szt 1Por (7 MLE), Serek waniliowy President 60g , Schab na kartki Nikpol 40g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 100g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Kompot SC 250ml , bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Morela 2szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Jajo gotowane 1szt (3 JAJ), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata z cukrem . 250ml , Rzodkiewka 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2910.02 kcal; Białko ogółem: 121.85 g; Tłuszcz: 77.96 g; Węglowodany przyswajalne: 389.47 g; Magnez: 414.92 mg; Wapń: 1020.66 mg; Witamina A: 1842.16 mg; Sód: 1309.07 mg; Witamina E: 7.12 mg; Błonnik pokarmowy: 49.20 g; Żelazo: 13.65 mg; Witamina C: 203.82 mg; Witamina B12: 4.22 mg; Witamina B6: 3.51 mg; suma cukrów prostych: 108.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.37 g;

sobota 2026-08-08		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03	
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 1g (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Mońki 50g , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 100g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Kompot b.c. 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Morela 2szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Rzodkiewka 80g , Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.97 kcal; Białko ogółem: 102.71 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany przyswajalne: 336.58 g; Magnez: 400.43 mg; Wapń: 1070.16 mg; Witamina A: 1766.36 mg; Sód: 1955.27 mg; Witamina E: 6.82 mg; Błonnik pokarmowy: 54.07 g; Żelazo: 13.14 mg; Witamina C: 200.08 mg; Witamina B12: 2.91 mg; Witamina B6: 3.39 mg; suma cukrów prostych: 74.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-09		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Ogórek kiszony 80g (10 GOR), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z fasoli czerwonej S 60g (11 SEZ, 4 RYB, ROŚ), Frankfurterka 2szt (6 SOJ), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Pieczeń z szynki 90g w sosie własnym 100ml 1Por (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2), Kompot SC 250ml , Surówka z pora i jabłka z olejem 120g (7 BIA, 3 JAJ), Ziemniaki gotowane. 250g , Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Polędwica wieśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2782.55 kcal; Białko ogółem: 128.04 g; Tłuszcz: 90.67 g; Węglowodany przyswajalne: 355.05 g; Magnez: 350.12 mg; Wapń: 723.76 mg; Witamina A: 1726.19 mg; Sód: 1851.57 mg; Witamina E: 8.09 mg; Błonnik pokarmowy: 42.42 g; Żelazo: 12.02 mg; Witamina C: 284.54 mg; Witamina B12: 2.91 mg; Witamina B6: 3.87 mg; suma cukrów prostych: 71.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.37 g;

niedziela 2026-08-09		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek wiejski Mleko 60g , Frankfurterka 2szt (6 SOJ), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Bitka gotowana z szynki 90g , Kompot SC 250ml , Szpinak gotowany z olejem 120g (1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wieśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2508.28 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 77.78 g; Węglowodany przyswajalne: 341.07 g; Magnez: 352.06 mg; Wapń: 768.15 mg; Witamina A: 1898.40 mg; Sód: 1279.56 mg; Witamina E: 8.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.15 g; Żelazo: 12.42 mg; Witamina C: 200.54 mg; Witamina B12: 2.96 mg; Witamina B6: 3.43 mg; suma cukrów prostych: 64.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g;

niedziela 2026-08-09		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek wiejski Mleko 60g , Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Bitka gotowana z szynki 90g , Kompot SC 250ml , Szpinak gotowany z olejem 120g (1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wieśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.90 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 53.15 g; Węglowodany przyswajalne: 340.21 g; Magnez: 352.06 mg; Wapń: 768.15 mg; Witamina A: 1898.40 mg; Sód: 1279.56 mg; Witamina E: 8.09 mg; Błonnik pokarmowy: 25.15 g; Żelazo: 12.42 mg; Witamina C: 200.54 mg; Witamina B12: 2.96 mg; Witamina B6: 3.43 mg; suma cukrów prostych: 63.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.81 g;

niedziela 2026-08-09		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Ogórek kiszony 80g (10 GOR), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek wiejski Mlepol 60g , Pasta z fasoli czerwonej S 60g (11 SEZ, 4 RYB, ROŚ), Frankfuterka 2szt (6 SOJ),	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Bitka gotowana z szynki 90g , Kompot SC 250ml , Surówka z pora i jabłka z olejem 120g (7 BIA, 3 JAJ), Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Serek tartare 3szt (7 BIA), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata lipowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2897.33 kcal; Białko ogółem: 132.69 g; Tłuszcz: 92.41 g; Węglowodany przyswajalne: 375.04 g; Magnez: 353.89 mg; Wapń: 1051.20 mg; Witamina A: 1846.38 mg; Sód: 1756.07 mg; Witamina E: 7.44 mg; Błonnik pokarmowy: 39.66 g; Żelazo: 11.41 mg; Witamina C: 295.56 mg; Witamina B12: 3.91 mg; Witamina B6: 3.78 mg; suma cukrów prostych: 83.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.64 g;

niedziela 2026-08-09			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03		
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Ogórek kiszony 80g (10 GOR), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z fasoli czerwonej S 60g (11 SEZ, 4 RYB, ROŚ), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Frankfuterka 2szt (6 SOJ),	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Bitka gotowana z szynki 90g , Surówka z pora i jabłka z olejem 120g (7 BIA, 3 JAJ), Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Arbuz 150g ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Papryka św. 80g , Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),			
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata lipowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2821.40 kcal; Białko ogółem: 119.22 g; Tłuszcz: 85.36 g; Węglowodany przyswajalne: 377.53 g; Magnez: 435.54 mg; Wapń: 745.67 mg; Witamina A: 1773.08 mg; Sód: 2250.40 mg; Witamina E: 8.85 mg; Błonnik pokarmowy: 55.07 g; Żelazo: 15.19 mg; Witamina C: 295.55 mg; Witamina B12: 2.49 mg; Witamina B6: 3.91 mg; suma cukrów prostych: 68.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.60 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-10		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser topiony trójkąt 2szt 1Por (7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa z soczewicy SC 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Knedle z truskawkami, masłem i cukrem sc 350g (7 BIA), Kompot SC 250ml , Salata zielona z jogurtem 80g , Nektarynka-S 1szt ,	Schab na kartki Nikpol 40g , Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka konserwowa 80g (10 GOR), Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata owocowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2801.07 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 91.18 g; Węglowodany przyswajalne: 362.64 g; Magnez: 294.82 mg; Wapń: 930.66 mg; Witamina A: 1285.90 mg; Sód: 1642.62 mg; Witamina E: 9.93 mg; Błonnik pokarmowy: 46.25 g; Żelazo: 13.36 mg; Witamina C: 243.25 mg; Witamina B12: 2.61 mg; Witamina B6: 1.95 mg; suma cukrów prostych: 98.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.69 g;

poniedziałek 2026-08-10		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 50g ,	Zupa z dynii 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, 10 GOR), Knedle z truskawkami, masłem i cukrem sc 350g (7 BIA), Kompot SC 250ml , Salata zielona z jogurtem 100g , Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.21 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 78.49 g; Węglowodany przyswajalne: 364.21 g; Magnez: 277.08 mg; Wapń: 875.10 mg; Witamina A: 1587.40 mg; Sód: 1021.25 mg; Witamina E: 9.04 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Żelazo: 8.85 mg; Witamina C: 133.95 mg; Witamina B12: 2.61 mg; Witamina B6: 1.95 mg; suma cukrów prostych: 101.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.48 g;

poniedziałek 2026-08-10		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 50g ,	Zupa z dynii 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL, 10 GOR), Knedle z truskawkami, masłem i cukrem sc 350g (7 BIA), Kompot SC 250ml , Salata zielona z jogurtem 100g , Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2600.21 kcal; Białko ogółem: 79.06 g; Tłuszcz: 78.49 g; Węglowodany przyswajalne: 364.21 g; Magnez: 277.08 mg; Wapń: 875.10 mg; Witamina A: 1587.40 mg; Sód: 1021.25 mg; Witamina E: 9.04 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Żelazo: 8.85 mg; Witamina C: 133.95 mg; Witamina B12: 2.61 mg; Witamina B6: 1.95 mg; suma cukrów prostych: 101.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-08-10			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), Serek waniliowy President 60g , polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ),	Zupa z soczewicy SC 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Kaszotto gotowane -Sc 350g (1 GLU), Kompot SC 250ml , Salata zielona z jogurtem 80g , Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Ser żółty Mońki 50g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka konserwowa 80g (10 GOR), Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Woda z cytryną 250ml ,		Posilek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata owocowa b/cukru 250ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2896.89 kcal; Białko ogółem: 132.34 g; Tłuszcz: 91.49 g; Węglowodany przyswajalne: 346.46 g; Magnez: 321.33 mg; Wapń: 1409.25 mg; Witamina A: 1379.02 mg; Sód: 2045.73 mg; Witamina E: 9.42 mg; Błonnik pokarmowy: 49.69 g; Żelazo: 13.94 mg; Witamina C: 256.86 mg; Witamina B12: 4.15 mg; Witamina B6: 2.22 mg; suma cukrów prostych: 92.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.99 g;

poniedziałek 2026-08-10			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek śmietankowy 30g 2szt (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ),	Zupa z soczewicy SC 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Kaszotto gotowane -Sc 350g (1 GLU), Salata zielona z jogurtem 80g , Kompot bez cukru. SC 250ml , Nektarynka-S 1szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Schab na kartki Nikpol 40g , Papryka konserwowa 80g (10 GOR), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Woda z cytryną 250ml ,		Posilek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Herbata owocowa b/cukru 250ml , Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2621.31 kcal; Białko ogółem: 102.27 g; Tłuszcz: 72.71 g; Węglowodany przyswajalne: 342.03 g; Magnez: 388.58 mg; Wapń: 679.68 mg; Witamina A: 1153.02 mg; Sód: 2271.48 mg; Witamina E: 10.55 mg; Błonnik pokarmowy: 65.13 g; Żelazo: 17.32 mg; Witamina C: 256.85 mg; Witamina B12: 1.85 mg; Witamina B6: 2.30 mg; suma cukrów prostych: 71.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.81 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-11Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 50g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Jajo gotowane 1szt (3 JAJ), Polędwica wieśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Udziec z indyka pieczony^ 90g , Kompot SC 250ml , Kapusta biała gotowana z koperkiem z olejem 120g (1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Jabłko 1szt ,	Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Herbata bez cukru 250ml , Ogórek zielony 80g ,
		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.74 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 60.69 g; Węglowodany przyswajalne: 373.78 g; Magnez: 362.72 mg; Wapń: 733.94 mg; Witamina A: 1172.10 mg; Sód: 2716.60 mg; Witamina E: 7.27 mg; Błonnik pokarmowy: 44.11 g; Żelazo: 10.95 mg; Witamina C: 196.93 mg; Witamina B12: 5.38 mg; Witamina B6: 3.06 mg; suma cukrów prostych: 78.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.71 g;

wtorek 2026-08-11Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek 60g (7 BIA, 7 MLE), Polędwica wieśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Udziec z indyka gotowany 90g , Kompot SC 250ml , Salátka z selera i jabłka z olejem 120g (9 SEL), sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Jabłko 1szt ,	Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.01 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 57.12 g; Węglowodany przyswajalne: 367.82 g; Magnez: 345.03 mg; Wapń: 740.87 mg; Witamina A: 1217.78 mg; Sód: 1203.46 mg; Witamina E: 8.35 mg; Błonnik pokarmowy: 33.56 g; Żelazo: 10.19 mg; Witamina C: 170.01 mg; Witamina B12: 5.07 mg; Witamina B6: 3.37 mg; suma cukrów prostych: 78.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.05 g;

wtorek 2026-08-11Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Twarożek 60g (7 BIA, 7 MLE), Polędwica wieśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Udziec z indyka gotowany 90g , Kompot SC 250ml , Salátka z selera i jabłka z olejem 120g (9 SEL), sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Jabłko 1szt ,	Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2475.01 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 57.12 g; Węglowodany przyswajalne: 367.82 g; Magnez: 345.03 mg; Wapń: 740.87 mg; Witamina A: 1217.78 mg; Sód: 1203.46 mg; Witamina E: 8.35 mg; Błonnik pokarmowy: 33.56 g; Żelazo: 10.19 mg; Witamina C: 170.01 mg; Witamina B12: 5.07 mg; Witamina B6: 3.37 mg; suma cukrów prostych: 78.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.05 g;

wtorek 2026-08-11Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 50g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Jajo gotowane 1szt (3 JAJ), Twarożek 60g (7 BIA, 7 MLE), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA),	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Udziec z indyka gotowany 90g , Kompot SC 250ml , Kapusta biała gotowana z koperkiem z olejem 120g (1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Serek wiejski Mlekpól 60g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Ogórek zielony 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2867.50 kcal; Białko ogółem: 140.17 g; Tłuszcz: 71.98 g; Węglowodany przyswajalne: 401.91 g; Magnez: 386.95 mg; Wapń: 1131.35 mg; Witamina A: 1354.00 mg; Sód: 2921.34 mg; Witamina E: 7.52 mg; Błonnik pokarmowy: 41.72 g; Żelazo: 11.07 mg; Witamina C: 208.62 mg; Witamina B12: 7.21 mg; Witamina B6: 3.23 mg; suma cukrów prostych: 94.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.60 g;

wtorek 2026-08-11			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03		
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Pomidor 50g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Jajo gotowane 1szt (3 JAJ), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA),	Zupa pomidorowa z ryżem^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Udziec z indyka gotowany 90g , Kapusta biała gotowana z koperkiem z olejem 120g (1 GLU), Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , sos pietruszkowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Jabłko 1szt ,	Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Ogórek zielony 80g , Herbata bez cukru 250ml ,			
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2750.77 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 62.42 g; Węglowodany przyswajalne: 406.72 g; Magnez: 470.97 mg; Wapń: 786.24 mg; Witamina A: 1260.64 mg; Sód: 3394.83 mg; Witamina E: 8.93 mg; Błonnik pokarmowy: 56.89 g; Żelazo: 15.07 mg; Witamina C: 208.65 mg; Witamina B12: 5.37 mg; Witamina B6: 3.35 mg; suma cukrów prostych: 77.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-12		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Papryka św. 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z tuńczyka 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g , chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa szpinakowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Gulasz cygański 160g (1 GLU, 10 GOR), Kasza jęczmienna gotowana 200g (1 GLU), Kompot SC 250ml , Salatką z buraków z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Herbata bez cukru 250ml , Ogórek konserwowy . 80g (10 GOR), Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata lipowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2898.06 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 88.42 g; Węglowodany przyswajalne: 377.00 g; Magnez: 449.58 mg; Wapń: 961.70 mg; Witamina A: 2274.42 mg; Sód: 1935.12 mg; Witamina E: 15.18 mg; Błonnik pokarmowy: 45.25 g; Żelazo: 14.31 mg; Witamina C: 288.73 mg; Witamina B12: 4.06 mg; Witamina B6: 3.51 mg; suma cukrów prostych: 112.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.51 g;

środa 2026-08-12		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z białka jaja 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Gulasz drobiowy duszony 160g (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2), Kompot SC 250ml , Buraczki gotowane z olejem 120g , Kasza jęczmienna gotowana 200g (1 GLU), Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata lipowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.58 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany przyswajalne: 357.44 g; Magnez: 426.36 mg; Wapń: 989.13 mg; Witamina A: 1629.75 mg; Sód: 2038.28 mg; Witamina E: 10.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Żelazo: 14.48 mg; Witamina C: 141.61 mg; Witamina B12: 3.80 mg; Witamina B6: 2.89 mg; suma cukrów prostych: 109.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g;

środa 2026-08-12		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Platki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z białka jaja 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Gulasz drobiowy duszony 160g (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2), Kompot SC 250ml , Buraczki gotowane z olejem 120g , Kasza jęczmienna gotowana 200g (1 GLU), Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata lipowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.58 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany przyswajalne: 357.44 g; Magnez: 426.36 mg; Wapń: 989.13 mg; Witamina A: 1629.75 mg; Sód: 2038.28 mg; Witamina E: 10.42 mg; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Żelazo: 14.48 mg; Witamina C: 141.61 mg; Witamina B12: 3.80 mg; Witamina B6: 2.89 mg; suma cukrów prostych: 109.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-08-12			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Płatki owsiane gotowane na mleku . 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Papryka św. 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z białka jaja 60g (3 JAJ), Pasta z tuńczyka 60g (3 JAJ), Filet zapiekany Nik-pol 40g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Gulasz drobiowy duszony 160g (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2), Kompot SC 250ml , Sałatka z buraków z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Kasza jęczmienna gotowana 200g (1 GLU), Banan 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Serek waniliowy President 60g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Ogórek konserwowy . 80g (10 GOR), Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
Il Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Herbata lipowa b/cukru 250ml , Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2790.08 kcal; Białko ogółem: 121.73 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany przyswajalne: 371.72 g; Magnez: 418.74 mg; Wapń: 1007.29 mg; Witamina A: 2121.50 mg; Sód: 2671.78 mg; Witamina E: 9.63 mg; Błonnik pokarmowy: 42.17 g; Żelazo: 12.88 mg; Witamina C: 231.02 mg; Witamina B12: 4.89 mg; Witamina B6: 3.14 mg; suma cukrów prostych: 122.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g;

środa 2026-08-12			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Papryka św. 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z tuńczyka 60g (3 JAJ), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Filet zapiekany Nik-pol 40g ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Gulasz drobiowy duszony 160g (7 BIA, 1 GLU, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ, 12 SO2), Sałatka z buraków z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 4 RYB, 6 SOJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Kompot bez cukru. SC 250ml , Kasza gryczana gotowana 200g , kiwi 1szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Ogórek konserwowy . 80g (10 GOR), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
Il Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata lipowa b/cukru 250ml ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2515.59 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 64.35 g; Węglowodany przyswajalne: 345.94 g; Magnez: 561.99 mg; Wapń: 678.25 mg; Witamina A: 1875.99 mg; Sód: 3127.63 mg; Witamina E: 9.75 mg; Błonnik pokarmowy: 55.27 g; Żelazo: 15.14 mg; Witamina C: 271.25 mg; Witamina B12: 2.59 mg; Witamina B6: 3.03 mg; suma cukrów prostych: 72.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.67 g;

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-13		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Udko pieczone bez skóry^ 1Por , Kompot SC 250ml , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szyнка na kartki Nikpol 40g , Herbata bez cukru 250ml , Pomidor 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2740.37 kcal; Białko ogółem: 131.97 g; Tłuszcz: 87.89 g; Węglowodany przyswajalne: 340.10 g; Magnez: 386.96 mg; Wapń: 723.45 mg; Witamina A: 1666.89 mg; Sód: 1435.69 mg; Witamina E: 8.15 mg; Błonnik pokarmowy: 47.41 g; Żelazo: 12.59 mg; Witamina C: 178.68 mg; Witamina B12: 2.94 mg; Witamina B6: 3.75 mg; suma cukrów prostych: 64.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.86 g;		
czwartek 2026-08-13		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Udko gotowane bez skóry 1Por , Kompot SC 250ml , brokuły gotowane z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szyнка na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Woda z cytryną 250ml , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.73 kcal; Białko ogółem: 128.59 g; Tłuszcz: 71.90 g; Węglowodany przyswajalne: 327.13 g; Magnez: 363.28 mg; Wapń: 678.92 mg; Witamina A: 1338.51 mg; Sód: 1220.98 mg; Witamina E: 8.74 mg; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Żelazo: 11.54 mg; Witamina C: 194.28 mg; Witamina B12: 2.94 mg; Witamina B6: 3.55 mg; suma cukrów prostych: 63.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g;		
czwartek 2026-08-13		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Udko gotowane bez skóry 1Por , Kompot SC 250ml , brokuły gotowane z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szyнка na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2499.73 kcal; Białko ogółem: 128.59 g; Tłuszcz: 71.90 g; Węglowodany przyswajalne: 327.13 g; Magnez: 363.28 mg; Wapń: 678.92 mg; Witamina A: 1338.51 mg; Sód: 1220.98 mg; Witamina E: 8.74 mg; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; Żelazo: 11.54 mg; Witamina C: 194.28 mg; Witamina B12: 2.94 mg; Witamina B6: 3.55 mg; suma cukrów prostych: 63.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.98 g;		
czwartek 2026-08-13		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07		

Jadłospisy dla oddziałów

Kasza manna gotowana na mleku. 300ml (7 BIA, 1 GLU, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Ser topiony trójkąt 2szt 1Por (7 MLE), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA),	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Udko gotowane bez skóry 1Por , Kompot SC 250ml , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nikpol 40g , Twarożek 60g (7 BIA, 7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Pomidor 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3046.08 kcal; Białko ogółem: 153.54 g; Tłuszcz: 100.16 g; Węglowodany przyswajalne: 366.80 g; Magnez: 397.74 mg; Wapń: 1048.76 mg; Witamina A: 1746.95 mg; Sód: 1405.80 mg; Witamina E: 8.06 mg; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; Żelazo: 12.13 mg; Witamina C: 181.04 mg; Witamina B12: 4.32 mg; Witamina B6: 3.86 mg; suma cukrów prostych: 87.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.93 g;

czwartek 2026-08-13			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03		
Kawa zbozowa z mlekiem b/c 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Rzodkiewka 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek tartare 3szt (7 BIA), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA),	Rosół z makaronem^ 350ml (1 GLU, 9 SEL), Udko gotowane bez skóry 1Por , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 120g , Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Brzoskwinia 1szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Szynka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),			
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata lipowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Woda z cytryną 250ml ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2847.45 kcal; Białko ogółem: 132.95 g; Tłuszcz: 87.43 g; Węglowodany przyswajalne: 358.99 g; Magnez: 478.61 mg; Wapń: 733.17 mg; Witamina A: 1664.29 mg; Sód: 2101.56 mg; Witamina E: 9.47 mg; Błonnik pokarmowy: 59.87 g; Żelazo: 15.85 mg; Witamina C: 180.97 mg; Witamina B12: 2.86 mg; Witamina B6: 3.98 mg; suma cukrów prostych: 61.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g;

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-14Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Bieruński 50g (7 BIA, 7 MLE), Dżem 50g , chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 100g , Kompot SC 250ml , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Arbut 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Schab na kartki Nikpol 40g , Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 80g , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Herbata miętowa b/cukru 250ml , Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2516.20 kcal; Białko ogółem: 84.08 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węglowodany przyswajalne: 389.77 g; Magnez: 415.05 mg; Wapń: 1027.70 mg; Witamina A: 1883.24 mg; Sód: 1954.69 mg; Witamina E: 7.55 mg; Błonnik pokarmowy: 48.39 g; Żelazo: 12.89 mg; Witamina C: 304.84 mg; Witamina B12: 3.05 mg; Witamina B6: 3.73 mg; suma cukrów prostych: 112.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.89 g;

piątek 2026-08-14Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Bieruński 50g (7 BIA, 7 MLE), Dżem 50g , Pomidor 80g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Łosoś parowany 100g , Kompot SC 250ml , Szpinak gotowany z olejem 120g (1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Arbut 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.09 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 50.21 g; Węglowodany przyswajalne: 385.76 g; Magnez: 438.71 mg; Wapń: 1077.43 mg; Witamina A: 2185.50 mg; Sód: 1578.91 mg; Witamina E: 8.52 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g; Żelazo: 14.68 mg; Witamina C: 231.71 mg; Witamina B12: 3.08 mg; Witamina B6: 3.59 mg; suma cukrów prostych: 107.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g;

piątek 2026-08-14Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Bieruński 50g (7 BIA, 7 MLE), Dżem 50g , Pomidor 80g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Łosoś parowany 100g , Kompot SC 250ml , Szpinak gotowany z olejem 120g (1 GLU), Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Arbut 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Herbata miętowa b/cukru 250ml ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2389.09 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 50.21 g; Węglowodany przyswajalne: 385.76 g; Magnez: 438.71 mg; Wapń: 1077.43 mg; Witamina A: 2185.50 mg; Sód: 1578.91 mg; Witamina E: 8.52 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g; Żelazo: 14.68 mg; Witamina C: 231.71 mg; Witamina B12: 3.08 mg; Witamina B6: 3.59 mg; suma cukrów prostych: 107.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-14			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Płatki jęczmienne gotowane na mleku . 300ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Rogal maślany 1szt (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Filet zapiekany Nik-pol 40g , Ser biały plaster Biełuński 50g (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Mońki 50g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Łosoś parowany 100g , Kompot SC 250ml , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Arbuz 150g ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Schab na kartki Nikpol 40g , Serek homo nat President 60g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 80g , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Herbata miętowa b/cukru 250ml , Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2719.63 kcal; Białko ogółem: 113.77 g; Tłuszcz: 76.17 g; Węglowodany przyswajalne: 378.75 g; Magnez: 414.96 mg; Wapń: 1458.53 mg; Witamina A: 2315.46 mg; Sód: 2292.54 mg; Witamina E: 7.78 mg; Błonnik pokarmowy: 49.03 g; Żelazo: 12.63 mg; Witamina C: 300.94 mg; Witamina B12: 3.97 mg; Witamina B6: 3.73 mg; suma cukrów prostych: 107.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.87 g;

piątek 2026-08-14			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kakao bez cukru 250ml (7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Ogórek zielony 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser biały plaster Biełuński 50g (7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Filet zapiekany Nik-pol 40g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Łosoś parowany 100g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g , Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos jarzynowy . 100ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Arbuz 150g ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Schab na kartki Nikpol 40g , Papryka św. 80g , Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekpól 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Herbata miętowa b/cukru 250ml , Ciastko brownie Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.02 kcal; Białko ogółem: 88.63 g; Tłuszcz: 56.14 g; Węglowodany przyswajalne: 381.72 g; Magnez: 448.13 mg; Wapń: 755.58 mg; Witamina A: 2090.96 mg; Sód: 2101.41 mg; Witamina E: 8.39 mg; Błonnik pokarmowy: 60.87 g; Żelazo: 14.53 mg; Witamina C: 300.93 mg; Witamina B12: 2.04 mg; Witamina B6: 3.77 mg; suma cukrów prostych: 87.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.58 g;

Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-15		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Mořiki 50g , Szynka na kartki Nipol 40g , chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa jarzynowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Zraz wieprzowy pieczony z cebulą 100g (1 GLU, 3 JAJ), Kompot SC 250ml , surówka z czerwonej kapusty firmowa z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Ziemniaki gotowane. 250g , Nektarynka-S	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Herbata bez cukru 250ml , Rzodkiewka 80g , Jogurt naturalny Piątńica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata owocowa b/cukru 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2688.01 kcal; Białko ogółem: 107.69 g; Tłuszcz: 82.86 g; Węglowodany przyswajalne: 363.55 g; Magnez: 365.39 mg; Wapń: 1100.16 mg; Witamina A: 1085.75 mg; Sód: 2117.22 mg; Witamina E: 11.17 mg; Błonnik pokarmowy: 43.90 g; Żelazo: 11.45 mg; Witamina C: 179.97 mg; Witamina B12: 3.10 mg; Witamina B6: 3.09 mg; suma cukrów prostych: 68.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.23 g;		
sobota 2026-08-15		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek wiejski Mlepol 60g , Szynka na kartki Nipol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 90g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Kompot SC 250ml , Marchew gotowana z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątńica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Herbata owocowa b/cukru 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.57 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 47.75 g; Węglowodany przyswajalne: 356.12 g; Magnez: 354.78 mg; Wapń: 732.64 mg; Witamina A: 2915.20 mg; Sód: 1398.79 mg; Witamina E: 9.30 mg; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; Żelazo: 10.05 mg; Witamina C: 200.25 mg; Witamina B12: 2.46 mg; Witamina B6: 3.29 mg; suma cukrów prostych: 73.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.66 g;		
sobota 2026-08-15		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek wiejski Mlepol 60g , Szynka na kartki Nipol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 90g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Kompot SC 250ml , Marchew gotowana z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Połędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątńica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata owocowa b/cukru 250ml ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.57 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 47.75 g; Węglowodany przyswajalne: 356.12 g; Magnez: 354.78 mg; Wapń: 732.64 mg; Witamina A: 2915.20 mg; Sód: 1398.79 mg; Witamina E: 9.30 mg; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; Żelazo: 10.05 mg; Witamina C: 200.25 mg; Witamina B12: 2.46 mg; Witamina B6: 3.29 mg; suma cukrów prostych: 73.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.66 g;		
sobota 2026-08-15		
Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07		

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż gotowany na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Jajo gotowane 1szt (3 JAJ), Serek wiejski Mlekpól 60g , Szynka na kartki Nipol 40g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 90g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), Kompot SC 250ml , surówka z czerwonej kapusty firmowa z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Ziemniaki gotowane. 250g , Nektarynka-S 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Ser topiony trójkąt 2szt 2Por (7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Rzodkiewka 80g , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Woda z cytryną 250ml ,		Posiłek nocny: Herbata owocowa b/cukru 250ml , Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2732.48 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany przyswajalne: 371.34 g; Magnez: 365.03 mg; Wapń: 1005.99 mg; Witamina A: 1160.40 mg; Sód: 1497.49 mg; Witamina E: 7.02 mg; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Żelazo: 11.13 mg; Witamina C: 181.78 mg; Witamina B12: 4.18 mg; Witamina B6: 3.23 mg; suma cukrów prostych: 78.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.09 g;

sobota 2026-08-15			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03		
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Pomidor 80g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Ser żółty Mońki 50g , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Szynka na kartki Nipol 40g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami^ 350ml (7 BIA, 1 GLU, 9 SEL), Pulpet z kurczaka parowany 90g (1 GLU, 3 JAJ, 6 SOJ, 7 MLE, 9 SEL, 10 GOR), surówka z czerwonej kapusty firmowa z olejem 120g (1 GLU, 3 JAJ, 7 MLE, 5 ORZ, 9 SEL, 10 GOR, 11 SEZ), Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Nektarynka-S 1szt ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Polędwica wiśniowa 40g (1 GLU, 11 SEZ, 11 ZIA), Rzodkiewka 80g , Herbata bez cukru 250ml , Jogurt naturalny Piątnica 1szt (7 BIA, 7 MLE),			
II Śniadanie: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Woda z cytryną 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko jaglane Frank&Oli 1szt (5 ORZ), Mus owocowy Agiberia^ 1szt , Herbata owocowa b/cukru 250ml ,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.60 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 65.74 g; Węglowodany przyswajalne: 372.72 g; Magnez: 458.83 mg; Wapń: 1103.27 mg; Witamina A: 1096.00 mg; Sód: 2391.64 mg; Witamina E: 8.18 mg; Błonnik pokarmowy: 55.52 g; Żelazo: 14.21 mg; Witamina C: 181.77 mg; Witamina B12: 2.85 mg; Witamina B6: 3.29 mg; suma cukrów prostych: 62.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-16		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Ogórek kiszony 80g (10 GOR), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z soczewicy S 60g (11 SEZ, 4 RYB), Frankfurterka 2szt (6 SOJ), chleb razowy 1 kromka 35g (1 GLU),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 9 SEL), bitka schabowa duszona w sosie własnym 90g (1 GLU), Kompot SC 250ml , Mizeria z ogórków . 120g (7 BIA), Ziemniaki gotowane. 250g , Gruszka 1 szt 1Por ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 50g , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1szt , Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3064.87 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 106.65 g; Węglowodany przyswajalne: 377.26 g; Magnez: 336.60 mg; Wapń: 651.33 mg; Witamina A: 1126.81 mg; Sód: 1204.72 mg; Witamina E: 9.88 mg; Błonnik pokarmowy: 43.88 g; Żelazo: 11.53 mg; Witamina C: 208.44 mg; Witamina B12: 3.21 mg; Witamina B6: 3.36 mg; suma cukrów prostych: 71.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.27 g;

niedziela 2026-08-16		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek waniliowy President 60g , Frankfurterka 2szt (6 SOJ), Pomidor 80g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 9 SEL), Bitka schabowa duszona 90g (1 GLU), Kompot SC 250ml , bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos szpinakowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 50g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1szt , Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2963.35 kcal; Białko ogółem: 121.21 g; Tłuszcz: 98.66 g; Węglowodany przyswajalne: 373.43 g; Magnez: 307.82 mg; Wapń: 670.26 mg; Witamina A: 1372.90 mg; Sód: 1081.18 mg; Witamina E: 10.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.55 g; Żelazo: 11.35 mg; Witamina C: 173.66 mg; Witamina B12: 3.41 mg; Witamina B6: 3.26 mg; suma cukrów prostych: 79.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.33 g;

niedziela 2026-08-16		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tł D05		
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek waniliowy President 60g , Szyinka na kartki Nikpol 40g , Pomidor 80g ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 9 SEL), Bitka schabowa duszona 90g (1 GLU), Kompot SC 250ml , bukiet warzyw gotowany z olejem 120g , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos szpinakowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Jabłko 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Pomidor 50g , Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny Agiberia [^] 1szt , Deser ryżowo-owocowy Łowicz 1szt (7 MLE), Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2761.97 kcal; Białko ogółem: 119.93 g; Tłuszcz: 74.04 g; Węglowodany przyswajalne: 372.57 g; Magnez: 307.82 mg; Wapń: 670.26 mg; Witamina A: 1372.90 mg; Sód: 1081.18 mg; Witamina E: 10.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.55 g; Żelazo: 11.35 mg; Witamina C: 173.66 mg; Witamina B12: 3.41 mg; Witamina B6: 3.26 mg; suma cukrów prostych: 78.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-16			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa D07
Kasza kukurydziana gotowana na mleku . 300ml (7 BIA, 7 MLE), Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Kajzerka 1szt (1 GLU), Ogórek kiszony 80g (10 GOR), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Serek waniliowy President 60g , Pasta z soczewicy S 60g (11 SEZ, 4 RYB), Frankfurterka 2szt (6 SOJ),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 9 SEL), Bitka schabowa duszona 90g (1 GLU), Kompot SC 250ml , Mizeria z ogórków . 120g (7 BIA), Ziemniaki gotowane. 250g , Sos szpinakowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Gruszka 1 szt 1Por ,	Chleb pszenno-żytni 3 kromki 80g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Ser biały plaster Bieuruński 50g (7 BIA, 7 MLE), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Herbata bez cukru 250ml , Papryka św. 50g , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3339.64 kcal; Białko ogółem: 142.71 g; Tłuszcz: 117.31 g; Węglowodany przyswajalne: 401.64 g; Magnez: 352.21 mg; Wapń: 1038.36 mg; Witamina A: 1514.78 mg; Sód: 1207.18 mg; Witamina E: 10.11 mg; Błonnik pokarmowy: 44.69 g; Żelazo: 11.15 mg; Witamina C: 214.23 mg; Witamina B12: 4.82 mg; Witamina B6: 3.44 mg; suma cukrów prostych: 102.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.71 g;

niedziela 2026-08-16			Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węgl. D03
Kawa zbozowa z mlekiem bez cukru 250ml (1 GLU, 7 BIA, 7 MLE), chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Ogórek kiszony 80g (10 GOR), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), Pasta z soczewicy S 60g (11 SEZ, 4 RYB), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Frankfurterka 2szt (6 SOJ),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (7 BIA, 1 GLU, 3 JAJ, 9 SEL), Bitka schabowa duszona 90g (1 GLU), Mizeria z ogórków . 120g (7 BIA), Kompot bez cukru. SC 250ml , Ziemniaki gotowane. 250g , Sos szpinakowy 100ml (7 BIA, 1 GLU), Gruszka 1 szt 1Por ,	chleb razowy 3 kromki 90g (1 GLU), Chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1 GLU, 3 JAJ, 5 OZI, 11 SEZ, 6 SOJ, 11 ZIA, 1 ŻYT), Masło 10g 1szt (7 BIA, 7 MLE), polędwica sopocka 40g (1 GLU, 6 SOJ), Papryka św. 50g , Herbata bez cukru 250ml , Kefir Mlekoop 1szt (7 MLE),	
II Śniadanie: Owsianka z owocami 1szt (1 GLU), Herbata miętowa b/cukru 250ml ,		Posiłek nocny: Ciastko kokosowe Frank&Oli 1szt (5 OZI, 5 ORZ, 11 SEZ), Mus owocowo-warzywny Agiberia^ 1szt , Napój owsiany Lovege 330ml (1 GLU, 6 SOJ, 5 ORZ),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3189.45 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 107.84 g; Węglowodany przyswajalne: 400.67 g; Magnez: 436.77 mg; Wapń: 695.57 mg; Witamina A: 1414.34 mg; Sód: 1886.49 mg; Witamina E: 11.52 mg; Błonnik pokarmowy: 59.86 g; Żelazo: 15.10 mg; Witamina C: 214.32 mg; Witamina B12: 3.01 mg; Witamina B6: 3.54 mg; suma cukrów prostych: 80.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.33 g;