

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: PODSTAWOWA 1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 300g(1,8), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, jabłko deserowe 1 szt., bukiet warzyw królewski 120g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), Polędwica sopocka 40g (8), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 3035.48 kcal; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 99.45 g; Węglowodany ogółem: 458.73 g; Magnez: 602.54 mg; Sód: 4677.30 mg; Wapń: 1326.53 mg; Żelazo: 19.60 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.69 g; Błonnik pokarmowy: 48.73 g; Witamina C: 212.51 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g\*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2), bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2558.11 kcal; Białko ogółem: 111.22 g; Tłuszcz: 80.75 g; Węglowodany ogółem: 377.88 g; Magnez: 422.79 mg; Sód: 4404.55 mg; Wapń: 1144.61 mg; Żelazo: 11.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Witamina C: 210.89 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), schab na kartki 40g, serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g\*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2), bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2558.11 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 377.92 g; Magnez: 422.79 mg; Sód: 4404.55 mg; Wapń: 1144.61 mg; Żelazo: 11.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Witamina C: 210.89 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g,

**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, sałatą 100g\*,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g\*(1,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, ziemniaki 250g(2), bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Polędwica sopocka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2268.64 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 86.24 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; Magnez: 454.00 mg; Sód: 4930.02 mg; Wapń: 860.98 mg; Żelazo: 14.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; Witamina C: 232.99 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: BOGATOBIAŁKOWA 9**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z kalaflorem,jajkiem,salátą 100g\*,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g\*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica sopočka 60g , twarożek 60g (2), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 20178.94 kcal; Białko ogółem: 1664.91 g; Tłuszcz: 996.00 g; Węglowodany ogółem: 1202.05 g; Magnez: 466.72 mg; Sód: 5181.69 mg; Wapń: 1257.70 mg; Żelazo: 14.50 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.50 g; Błonnik pokarmowy: 33.10 g; Witamina C: 260.44 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: PĄPKOWATA 12**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo 350ml, Sucharki 40g (1),

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, bukiet warzyw królewski 120g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Mięso mielone drobiowe 90g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1910.20 kcal; Białko ogółem: 118.57 g; Tłuszcz: 71.67 g; Węglowodany ogółem: 221.93 g; Magnez: 352.59 mg; Sód: 2720.51 mg; Wapń: 1151.90 mg; Żelazo: 10.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.57 g; Witamina C: 190.66 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo 350ml,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1607.00 kcal; Białko ogółem: 108.64 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 180.09 g; Magnez: 306.99 mg; Sód: 1697.81 mg; Wapń: 1081.32 mg; Żelazo: 9.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.03 g; Błonnik pokarmowy: 11.78 g; Witamina C: 121.50 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z kalaflorem,jajkiem,salátą 100g\*,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), Fasolka po bretońsku 300g(1,8), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g\*, jabłko deserowe 1 szt, bukiet warzyw królewski 120g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), Polędwica sopočka 40g (8), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą,pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 3284.05 kcal; Białko ogółem: 133.91 g; Tłuszcz: 113.03 g; Węglowodany ogółem: 487.48 g; Magnez: 647.09 mg; Sód: 5548.00 mg; Wapń: 1386.18 mg; Żelazo: 22.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.96 g; Błonnik pokarmowy: 53.16 g; Witamina C: 269.56 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g,  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, sałatą 100g\*,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g\*(1,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Połędwica sopočka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2806.68 kcal; Białko ogółem: 119.67 g; Tłuszcz: 94.33 g; Węglowodany ogółem: 406.62 g; Magnez: 467.34 mg; Sód: 5275.25 mg; Wapń: 1204.26 mg; Żelazo: 14.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.85 g; Witamina C: 267.94 mg;

**poniedziałek 2023-11-13**

**Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH  
WĘGLOWODANÓW C3**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), ogórek zielony 50g,  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z kalaflorem, jajkiem, sałatą 100g\*,

Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13), gulasz drobiowy 120g\*(1,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, ziemniaki 250g(2) , bukiet warzyw królewski 120g, jabłko deserowe 1 szt,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Połędwica sopočka 40g (8), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2268.64 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 86.24 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; Magnez: 454.00 mg; Sód: 4930.02 mg; Wapń: 860.98 mg; Żelazo: 14.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; Witamina C: 232.99 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: PODSTAWOWA 1**

Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml\*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka panier. 90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, kiwi 1szt.,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior. 60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2688.84 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 92.77 g; Węglowodany ogółem: 388.97 g; Magnez: 427.92 mg; Sód: 3993.79 mg; Wapń: 1305.59 mg; Żelazo: 14.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.89 g; Błonnik pokarmowy: 35.29 g; Witamina C: 337.29 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Ryż na mleku 350 ml\*(2), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Banan 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2643.78 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 420.18 g; Magnez: 467.12 mg; Sód: 4155.62 mg; Wapń: 948.69 mg; Żelazo: 12.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; Witamina C: 180.79 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3**

Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 40g (2), Herbata z cukrem 250ml\*, Pomidor 50g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Banan 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bulka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2643.78 kcal; Białko ogółem: 114.56 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 420.18 g; Magnez: 467.12 mg; Sód: 4155.62 mg; Wapń: 948.69 mg; Żelazo: 12.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.29 g; Błonnik pokarmowy: 36.49 g; Witamina C: 180.79 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt.,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, Mus warzywno-owocowy 100g\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2249.88 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 281.25 g; Magnez: 467.88 mg; Sód: 4941.80 mg; Wapń: 1263.99 mg; Żelazo: 14.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.46 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; Witamina C: 378.10 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: BOGATOBIĄLKOWA 9**

Herbata b/c 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, Ser żółty 40g (2), filet pieczony z indyka 40g , Ryż na mleku 350 ml\*(2), twaróg krajanka 40g (2),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt.,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), łopatką zbójnicka 40g (1,2,11,13), pasta jajeczna 60g z zieloną pietruszką (3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2710.83 kcal; Białko ogółem: 136.96 g; Tłuszcz: 98.07 g; Węglowodany ogółem: 360.38 g; Magnez: 457.72 mg; Sód: 5225.50 mg; Wapń: 1325.00 mg; Żelazo: 15.10 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.28 g; Witamina C: 351.72 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: PĄPKOWATA 12**

Herbata z cukrem 250ml\*, Ryż na ml, jajo 350ml, Sucharki 40g (1),

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1710.33 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 63.03 g; Węglowodany ogółem: 199.15 g; Magnez: 304.21 mg; Sód: 2286.02 mg; Wapń: 920.07 mg; Żelazo: 11.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g; Witamina C: 105.71 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczerek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14**

Herbata z cukrem 250ml\*, Ryż na ml, jajo 350ml,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1418.85 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 53.68 g; Węglowodany ogółem: 148.36 g; Magnez: 259.31 mg; Sód: 1183.60 mg; Wapń: 842.41 mg; Żelazo: 9.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.31 g; Błonnik pokarmowy: 11.70 g; Witamina C: 100.67 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1**

Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2), Herbata z cukrem 250ml\*, chleb żytni 1 kromka 35g (1),

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka panier.90g(1,3,13), ziemniaki 250g(2) , surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, kiwi 1szt.,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,

**Posilek nocny:**

mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2874.97 kcal; Białko ogółem: 121.21 g; Tłuszcz: 105.37 g; Węglowodany ogółem: 402.90 g; Magnez: 469.67 mg; Sód: 4932.05 mg; Wapń: 1339.04 mg; Żelazo: 16.30 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g; Witamina C: 403.24 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2**

Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), filet pieczony z indyka 40g , Ryż na mleku 350 ml\*(2), twaróg krajanka 40g (2), Pomidor 50g,

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , sałatka z selera z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Banan 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13), Bułka kajzerka 50g (1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,

**Posilek nocny:**

mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2829.90 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 84.62 g; Węglowodany ogółem: 434.11 g; Magnez: 508.87 mg; Sód: 5093.87 mg; Wapń: 982.14 mg; Żelazo: 15.07 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Witamina C: 246.74 mg;

**wtorek 2023-11-14**

**Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), rzodkiewka 50g, filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2),

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus i tuńczykiem, roszponką i pomidorem 100g,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z kurczaka gotowany 90g, ziemniaki 250g(2) , surówka bułgarska120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\*, Sos pietruszkowy 100g (1,2), kiwi 1szt.,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z papryki, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\*,

**Posilek nocny:**

Woda mineralna 250ml\*, Mus warzywno-owocowy 100g\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2249.88 kcal; Białko ogółem: 118.11 g; Tłuszcz: 90.56 g; Węglowodany ogółem: 281.25 g; Magnez: 467.88 mg; Sód: 4941.80 mg; Wapń: 1263.99 mg; Żelazo: 14.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.46 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; Witamina C: 378.10 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**środa 2023-11-15**

**Dieta: PODSTAWOWA 1**

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 1szt. 17g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),

żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt., Surówka z pora i jabłka 120g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2852.53 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 90.64 g; Węglowodany ogółem: 450.39 g; Magnez: 465.85 mg; Sód: 4270.53 mg; Wapń: 1292.26 mg; Żelazo: 14.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.39 g; Błonnik pokarmowy: 37.23 g; Witamina C: 273.59 mg;

**środa 2023-11-15**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g,

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Knedle z truskawkami 350g, mandarynka 2 szt., brokuły z wody 120 g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2670.33 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 414.47 g; Magnez: 461.04 mg; Sód: 3539.11 mg; Wapń: 1331.67 mg; Żelazo: 13.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; Witamina C: 339.05 mg;

**środa 2023-11-15**

**Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3**

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g,

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt., brokuły z wody 120 g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2670.33 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 84.75 g; Węglowodany ogółem: 414.47 g; Magnez: 461.04 mg; Sód: 3539.11 mg; Wapń: 1331.67 mg; Żelazo: 13.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; Witamina C: 339.05 mg;

**środa 2023-11-15**

**Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), serek homog. nat. 60g.(2),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g\*,

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, ziemniaki 250g(2) , Potrawka drobiowa 120g\* (1,2,13), Surówka z pora i jabłka 120g\*, mandarynka 2 szt.,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2218.65 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 298.02 g; Magnez: 486.70 mg; Sód: 4219.44 mg; Wapń: 957.87 mg; Żelazo: 14.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.02 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Witamina C: 268.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie  
II Śniadanie

Obiad  
Podwieczorek

Kolacja  
Posilek nocny

środa 2023-11-15

Dieta: BOGATOBIAŁKOWA 9

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Ser topiony 50g\* (2), serek homo.owoc. 1 szt. 150g (2),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g\*,

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g\* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt., ziemniaki 250g(2) , Surówka z pora i jabłka 120g\*, brokuly z wody 120 g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką,ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 3148.43 kcal; Białko ogółem: 150.92 g; Tłuszcz: 117.96 g; Węglowodany ogółem: 417.85 g; Magnez: 576.99 mg; Sód: 5726.35 mg; Wapń: 1605.36 mg; Żelazo: 19.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.70 g; Błonnik pokarmowy: 42.99 g; Witamina C: 366.25 mg;

środa 2023-11-15

Dieta: PĄPKOWATA 12

Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo 350ml, Sucharki 40g (1),

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Kompot z owoców mroż. 250g\*, brokuly z wody 120 g,

brokuly z wody 120 g, Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Herbata z cukrem 250ml\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1863.55 kcal; Białko ogółem: 124.65 g; Tłuszcz: 72.68 g; Węglowodany ogółem: 200.93 g; Magnez: 419.99 mg; Sód: 2580.62 mg; Wapń: 1275.96 mg; Żelazo: 13.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.00 g; Witamina C: 288.89 mg;

środa 2023-11-15

Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14

Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo 350ml,

Mięso mielone drobiowe 90g\*, Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1446.17 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 53.05 g; Węglowodany ogółem: 157.05 g; Magnez: 340.09 mg; Sód: 1571.00 mg; Wapń: 1141.85 mg; Żelazo: 10.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.12 g; Błonnik pokarmowy: 12.51 g; Witamina C: 156.15 mg;

środa 2023-11-15

Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Kawa zbożowa z cukrem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), ser topiony 1szt. 17g (2), Pomidor 50g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g\*,

żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), Knedle z truskawkami 350g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, mandarynka 2 szt., Surówka z pora i jabłka 120g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką,ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 3061.65 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 101.80 g; Węglowodany ogółem: 472.32 g; Magnez: 513.00 mg; Sód: 5139.08 mg; Wapń: 1332.41 mg; Żelazo: 16.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.15 g; Błonnik pokarmowy: 42.20 g; Witamina C: 329.97 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**środa 2023-11-15**

**Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2**

Płatki owsiane na mleku 350 ml\*(1,2), Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g,  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g\*,

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Knedle z truskawkami 350g, mandarynka 2 szt., brokuły z wody 120 g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2879.45 kcal; Białko ogółem: 106.52 g; Tłuszcz: 95.91 g; Węglowodany ogółem: 436.40 g; Magnez: 508.19 mg; Sód: 4407.66 mg; Wapń: 1371.82 mg; Żelazo: 15.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.86 g; Witamina C: 395.43 mg;

**środa 2023-11-15**

**Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH  
WĘGLOWODANÓW C3**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Pomidor 50g, Masło 10g (2), serek homog. nat. 60g.(2),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu, marchewki, rukoli i kurczaka 100g\*,

Szpinakowa z ziemniakami 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, ziemniaki 250g(2) , Potrawka drobiowa 120g\* (1,2,13), Surówka z pora i jabłka 120g\*, mandarynka 2 szt.,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszponką, ogórkiem zielonym i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2218.65 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 81.84 g; Węglowodany ogółem: 298.02 g; Magnez: 486.70 mg; Sód: 4219.44 mg; Wapń: 957.87 mg; Żelazo: 14.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.02 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Witamina C: 268.05 mg;

**czwartek 2023-11-16**

**Dieta: PODSTAWOWA 1**

Kasza manna na mleku 350g, Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kasza jęczmienna 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, śliwki 150g,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2782.04 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz: 99.79 g; Węglowodany ogółem: 393.48 g; Magnez: 362.86 mg; Sód: 5225.10 mg; Wapń: 895.84 mg; Żelazo: 12.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; Witamina C: 293.03 mg;

**czwartek 2023-11-16**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Kasza manna na mleku 350g, Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twarożek 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, jabłko deserowe 1 szt.,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2676.09 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 91.08 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; Magnez: 354.85 mg; Sód: 5348.46 mg; Wapń: 909.41 mg; Żelazo: 13.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g; Witamina C: 138.39 mg;



**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3</b>		
Kasza manna na mleku 350g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twarożek 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, Kasza jęczmienna 200 g, Sos koperkowy 100g (1,2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2676.09 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 91.08 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; Magnez: 354.85 mg; Sód: 5348.46 mg; Wapń: 909.41 mg; Żelazo: 13.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g; Witamina C: 138.39 mg;</p>		
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, kasza gryczana 200g(2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 250ml*,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2355.46 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 92.26 g; Węglowodany ogółem: 297.62 g; Magnez: 542.97 mg; Sód: 5055.01 mg; Wapń: 947.07 mg; Żelazo: 14.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Witamina C: 301.29 mg;</p>		
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA 9</b>		
Herbata b/c 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., jogurt owocowy 150g 1szt. (2), schab na kartki 40g, Kasza manna na mleku 350g, twarożek 60g (2), <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Sos koperkowy 100g (1,2), Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g, Kompot z owoców mroż. 250g*, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , serek wiejski 60g (2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 3013.79 kcal; Białko ogółem: 140.62 g; Tłuszcz: 107.88 g; Węglowodany ogółem: 404.89 g; Magnez: 434.85 mg; Sód: 6675.41 mg; Wapń: 1221.65 mg; Żelazo: 16.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.10 g; Błonnik pokarmowy: 38.30 g; Witamina C: 281.33 mg;</p>		
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA 12</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo 350ml*, Sucharki 40g (1),	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, buraczki gotowane 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1777.31 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 61.91 g; Węglowodany ogółem: 215.95 g; Magnez: 350.42 mg; Sód: 3590.57 mg; Wapń: 1021.72 mg; Żelazo: 13.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; Witamina C: 133.08 mg;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14</b>		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo 350ml*,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Kompot z owoców mroz. 250g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), <b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1450.25 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 55.15 g; Węglowodany ogółem: 155.29 g; Magnez: 286.26 mg; Sód: 2114.87 mg; Wapń: 898.71 mg; Żelazo: 8.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.94 g; Błonnik pokarmowy: 16.05 g; Witamina C: 105.08 mg;		
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1</b>		
Kasza manna na mleku 350g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Kalafiorowa z ziemniakami - 400 (1,2,13), Bitka wieprzowa z łopatki 90g w sosie własnym, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kasza jęczmienna 200 g, Kompot z owoców mroz. 250g*, śliwki 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, <b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 3004.64 kcal; Białko ogółem: 117.97 g; Tłuszcz: 111.91 g; Węglowodany ogółem: 418.20 g; Magnez: 406.56 mg; Sód: 6256.15 mg; Wapń: 939.18 mg; Żelazo: 14.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.42 g; Błonnik pokarmowy: 39.55 g; Witamina C: 366.62 mg;		
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2</b>		
Kasza manna na mleku 350g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), twarożek 60g (2), schab na kartki 40g, Pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, Sos koperkowy 100g (1,2), Kasza jęczmienna 200 g, buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroz. 250g*, jabłko deserowe 1 szt,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, <b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2898.69 kcal; Białko ogółem: 127.19 g; Tłuszcz: 103.20 g; Węglowodany ogółem: 399.69 g; Magnez: 398.55 mg; Sód: 6379.51 mg; Wapń: 952.75 mg; Żelazo: 15.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Błonnik pokarmowy: 38.05 g; Witamina C: 211.98 mg;		
<b>czwartek 2023-11-16</b>		
<b>Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLWODANÓW C3</b>		
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 10g (2), papryka świeża 50g., twarożek ze szczypiorkiem 60g(2), schab na kartki 40g, <b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13), schab gotowany 90g, kasza gryczana 200g(2), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroz.b/c 250ml*, Sos koperkowy 100g (1,2), śliwki 150g,	Herbata b/c 250ml*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), filet pieczony z indyka 40g , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2), Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g*, <b>Posilek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 250ml*,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2355.46 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 92.26 g; Węglowodany ogółem: 297.62 g; Magnez: 542.97 mg; Sód: 5055.01 mg; Wapń: 947.07 mg; Żelazo: 14.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Witamina C: 301.29 mg;		

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: PODSTAWOWA 1**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2), kakao 250ml( 1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), miód 2szt. (50g), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8), surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z papryki, salaty zielonej z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 3084.48 kcal; Białko ogółem: 122.53 g; Tłuszcz: 97.96 g; Węglowodany ogółem: 463.43 g; Magnez: 535.74 mg; Sód: 4534.36 mg; Wapń: 1554.56 mg; Żelazo: 16.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.13 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g; Witamina C: 324.82 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2), kakao 250ml( 1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2793.32 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 433.29 g; Magnez: 506.79 mg; Sód: 4458.33 mg; Wapń: 1252.77 mg; Żelazo: 14.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Witamina C: 274.76 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2), kakao 250ml( 1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), miód 2szt. (50g), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, brokuły z wody 120 g, Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z pomidorem, salata zieloną i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2793.32 kcal; Białko ogółem: 117.29 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 433.29 g; Magnez: 506.79 mg; Sód: 4458.33 mg; Wapń: 1252.77 mg; Żelazo: 14.90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Witamina C: 274.76 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6**

chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao b/c 250ml (1,2), Ser żółty 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z soczewicą, ryżem, szpinkiem baby i papryką 100g,

pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wieśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z papryki, salaty zielonej z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2290.99 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 307.75 g; Magnez: 524.94 mg; Sód: 5362.18 mg; Wapń: 1158.44 mg; Żelazo: 15.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.77 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; Witamina C: 379.33 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: BOGATOBIAŁKOWA 9**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), masło 10g(2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 50g, Polędwica sopocka 40g (8), kakao 250ml(1,2), twaróg krajanka 40g (2),

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z soczewicą, ryżem, szpinkiem baby i papryką 100g,

pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), brokuly z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 82g 3 kromki (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Ser żółty 40g (2), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g\*,

**Posilek nocny:**

mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2740.56 kcal; Białko ogółem: 140.56 g; Tłuszcz: 98.87 g; Węglowodany ogółem: 361.82 g; Magnez: 568.80 mg; Sód: 5519.40 mg; Wapń: 1652.50 mg; Żelazo: 18.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.69 g; Witamina C: 437.07 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: PĄPKOWATA 12**

Płatki jęczmienne na ml, jajo 350ml\*, kakao 250ml(1,2), Sucharki 40g (1),

Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), brokuly z wody 120 g,

Herbata z cukrem 250ml\*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),

**Posilek nocny:**

mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1967.00 kcal; Białko ogółem: 128.73 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 211.05 g; Magnez: 376.84 mg; Sód: 2973.44 mg; Wapń: 1223.80 mg; Żelazo: 12.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.71 g; Witamina C: 225.40 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14**

Płatki jęczmienne na ml, jajo 350ml\*, kakao 250ml(1,2),

Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13),

Herbata z cukrem 250ml\*, pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),

**Posilek nocny:**

mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1661.00 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 62.13 g; Węglowodany ogółem: 172.17 g; Magnez: 318.24 mg; Sód: 2021.24 mg; Wapń: 1123.62 mg; Żelazo: 10.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; Błonnik pokarmowy: 11.75 g; Witamina C: 99.88 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2), kakao 250ml(1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), Ser żółty 40g (2), ogórek zielony 50g, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Polędwica sopocka 40g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z soczewicą, ryżem, szpinkiem baby i papryką 100g,

pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z morszczuka smaż.100g(1,3,4,13,8), surówka z kap. pekińskiej 120g, ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250g\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Sałatka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g\*,

**Posilek nocny:**

mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 3244.20 kcal; Białko ogółem: 138.97 g; Tłuszcz: 111.84 g; Węglowodany ogółem: 461.84 g; Magnez: 591.19 mg; Sód: 5730.79 mg; Wapń: 1605.81 mg; Żelazo: 18.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.95 g; Błonnik pokarmowy: 41.34 g; Witamina C: 405.33 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2**

Platki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2), kakao 250ml( 1,2), Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3), Masło 10g (2), twaróg krajanka 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Pomidor 50g,  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g\*,

pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), filet z morszczuka parowany 100g, brokuły z wody 120 g, ziemniaki 250g(2) , Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2886.24 kcal; Białko ogółem: 132.53 g; Tłuszcz: 92.88 g; Węglowodany ogółem: 414.93 g; Magnez: 547.64 mg; Sód: 5670.96 mg; Wapń: 1284.72 mg; Żelazo: 15.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g; Witamina C: 342.39 mg;

**piątek 2023-11-17**

**Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH  
WĘGLOWODANÓW C3**

chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), ogórek zielony 50g, kakao b/c 250ml (1,2), Ser żółty 40g (2), Polędwica sopocka 40g (8),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z soczewicą, ryżem, szpinkiem baby i papryką 100g,

pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g, Sos jarzynowy 100g\* (1,2,13), surówka z kap. pekińskiej 120g, Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\*, pomarańcza 1 szt,

Herbata b/c 250ml\*, Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z papryki,salaty zielonej z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2290.99 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 307.75 g; Magnez: 524.94 mg; Sód: 5362.18 mg; Wapń: 1158.44 mg; Żelazo: 15.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.77 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; Witamina C: 379.33 mg;

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: PODSTAWOWA 1**

Herbata 250g, Masło 10g (2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, gruszka 1 szt.,

Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rozponką,ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2620.12 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 419.69 g; Magnez: 408.15 mg; Sód: 4321.23 mg; Wapń: 988.15 mg; Żelazo: 11.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 37.58 g; Witamina C: 149.67 mg;

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Banan 1 szt,

Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g,chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rozponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2538.42 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 411.37 g; Magnez: 427.43 mg; Sód: 4265.91 mg; Wapń: 875.70 mg; Żelazo: 10.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; Witamina C: 158.81 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3**

Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3), ziemniaki 250g(2), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Banan 1 szt,

Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2538.42 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 411.37 g; Magnez: 427.43 mg; Sód: 4265.91 mg; Wapń: 875.70 mg; Żelazo: 10.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; Witamina C: 158.81 mg;

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g,

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i fasolą białą 100g\*,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3), ziemniaki 250g(2), surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, gruszka 1 szt.,

Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszoneką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2402.63 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 74.59 g; Węglowodany ogółem: 368.11 g; Magnez: 494.55 mg; Sód: 4670.03 mg; Wapń: 939.52 mg; Żelazo: 15.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.38 g; Błonnik pokarmowy: 45.14 g; Witamina C: 191.38 mg;

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: BOGATOBIALKOWA 9**

kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 65g(1), Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml\*(2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, rzodkiewka 50g,

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i fasolą białą 100g\*,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), ziemniaki 250g(2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, gruszka 1 szt.,

Herbata 250g, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), szynka farmerska 40g(1,2,11,13), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z roszoneką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 34396.36 kcal; Białko ogółem: 958.14 g; Tłuszcz: 353.80 g; Węglowodany ogółem: 7167.64 g; Magnez: 3395.95 mg; Sód: 58044.36 mg; Wapń: 3047.90 mg; Żelazo: 151.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 136.37 g; Błonnik pokarmowy: 516.69 g; Witamina C: 208.76 mg;

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: PĄPKOWATA 12**

Herbata z cukrem 250ml\*, Ryż na ml, jajo 350ml, Sucharki 40g (1),

Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Kompot z owoców mroż. 250g\*, marchew gotowana 120g (1,2),

Herbata z cukrem 250ml\*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, marchew gotowana 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posiłek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1819.33 kcal; Białko ogółem: 110.23 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 223.68 g; Magnez: 314.11 mg; Sód: 3074.54 mg; Wapń: 867.22 mg; Żelazo: 9.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.31 g; Witamina C: 92.54 mg;

**sobota 2023-11-18**

**Dieta: PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ 14**

Herbata z cukrem 250ml\*, Ryż na ml, jajo 350ml,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*,

Herbata z cukrem 250ml\*, Krupnik 350ml(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),  
**Posiłek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1527.85 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 54.74 g; Węglowodany ogółem: 172.89 g; Magnez: 269.21 mg; Sód: 1972.12 mg; Wapń: 789.56 mg; Żelazo: 8.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.48 g; Błonnik pokarmowy: 12.05 g; Witamina C: 87.50 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie  
II Śniadanie

Obiad  
Podwieczerek

Kolacja  
Posilek nocny

sobota 2023-11-18

Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1

Herbata 250g, Masło 10g (2), pasta z sera topionego i wędliny 60g, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), rzodkiewka 50g, Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i fasolą białą 100g\*,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. 250g\*, gruszka 1 szt.,

Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2889.04 kcal; Białko ogółem: 117.65 g; Tłuszcz: 84.56 g; Węglowodany ogółem: 459.28 g; Magnez: 497.80 mg; Sód: 5163.88 mg; Wapń: 1074.40 mg; Żelazo: 16.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.12 g; Błonnik pokarmowy: 46.94 g; Witamina C: 216.52 mg;

sobota 2023-11-18

Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2

Masło 10g (2), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), Herbata 250g, Ryż na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Pomidor 50g,  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Banan 1 szt.,

Herbata 250g, Masło 10g (2), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rozszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2761.02 kcal; Białko ogółem: 113.34 g; Tłuszcz: 78.38 g; Węglowodany ogółem: 436.09 g; Magnez: 471.13 mg; Sód: 5296.96 mg; Wapń: 919.04 mg; Żelazo: 12.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g; Witamina C: 232.40 mg;

sobota 2023-11-18

Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW C3

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 65g (1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13), serek wiejski 60g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka 50g,  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z salátą, pomidorem i fasolą białą 100g\*,

Krupnik 350ml(1,2,8,13), pulpet drobiowy 90g(1,2,3) , ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g, Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, gruszka 1 szt.,

Masło 10g (2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 40g(1,2,11,13), Herbata b/c 250ml\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rozszponką, ogórkiem zielonym i nasionami słonecznika 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Mus warzywno-owocowy 100g\*, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2402.63 kcal; Białko ogółem: 111.32 g; Tłuszcz: 74.59 g; Węglowodany ogółem: 368.11 g; Magnez: 494.55 mg; Sód: 4670.03 mg; Wapń: 939.52 mg; Żelazo: 15.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.38 g; Błonnik pokarmowy: 45.14 g; Witamina C: 191.38 mg;

niedziela 2023-11-19

Dieta: PODSTAWOWA 1

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , brukselka z bulgą tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, grejfrut 1 szt.,

Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml\*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g\*,  
**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2751.28 kcal; Białko ogółem: 132.84 g; Tłuszcz: 95.00 g; Węglowodany ogółem: 379.34 g; Magnez: 477.66 mg; Sód: 4911.33 mg; Wapń: 1004.19 mg; Żelazo: 15.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Witamina C: 315.23 mg;

**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: ŁATWO STRAWNA 2**

Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Pomidor 50g,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2), Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,

schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 34167.66 kcal; Białko ogółem: 958.55 g; Tłuszcz: 356.49 g; Węglowodany ogółem: 7093.15 g; Magnez: 3367.44 mg; Sód: 57601.14 mg; Wapń: 2892.50 mg; Żelazo: 150.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 135.35 g; Błonnik pokarmowy: 504.46 g; Witamina C: 264.36 mg;

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: Z OGR. TŁUSZCZU 3**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Polędwica sopocka 40g (8), Pomidor 50g,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,

schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
mus owocowy 100g, Woda mineralna 250ml\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 34029.66 kcal; Białko ogółem: 955.61 g; Tłuszcz: 342.03 g; Węglowodany ogółem: 7093.49 g; Magnez: 3355.44 mg; Sód: 57461.82 mg; Wapń: 2885.30 mg; Żelazo: 149.52 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 129.68 g; Błonnik pokarmowy: 504.46 g; Witamina C: 264.36 mg;

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: Z OGRAN. ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW 6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną, rukolą i jajkiem 100g\*,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml\*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata b/c 250ml\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, Mus warzywno-owocowy 100g\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2346.49 kcal; Białko ogółem: 126.35 g; Tłuszcz: 103.72 g; Węglowodany ogółem: 265.33 g; Magnez: 497.09 mg; Sód: 5426.00 mg; Wapń: 962.36 mg; Żelazo: 18.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; Witamina C: 291.61 mg;

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: BOGATOBIAŁKOWA 9**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 120g\* 1 szt., Herbata z cukrem 250ml\*, Pomidor 50g, parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),  
**II Śniadanie:**  
sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną, rukolą i jajkiem 100g\*,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,

schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), Ser topiony 50g\* (2), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli, rzodkiewki z pestkami dyni 100g\*,  
**Posiłek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 34454.93 kcal; Białko ogółem: 969.52 g; Tłuszcz: 381.27 g; Węglowodany ogółem: 7105.70 g; Magnez: 3413.95 mg; Sód: 58907.20 mg; Wapń: 3112.24 mg; Żelazo: 154.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 146.57 g; Błonnik pokarmowy: 508.84 g; Witamina C: 316.76 mg;



**Jadłospisy dla oddziałów**

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posilek nocny**

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: PAKOWATA 12**

Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo 350ml, Sucharki 40g (1),

Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2),

Herbata 250g, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, buraczki gotowane 120g (1,2), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),

**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1661.86 kcal; Białko ogółem: 111.14 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 194.07 g; Magnez: 279.69 mg; Sód: 4697.47 mg; Wapń: 866.63 mg; Żelazo: 12.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.01 g; Witamina C: 87.53 mg;

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA 14**

Herbata z cukrem 250ml\*, kasza kukurydziana na ml,jajo 350ml,

Kompot z owoców mroż. 250g\*, Mięso mielone drobiowe 90g\*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13),

Herbata z cukrem 250ml\*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2),

**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 1294.30 kcal; Białko ogółem: 99.88 g; Tłuszcz: 48.10 g; Węglowodany ogółem: 123.44 g; Magnez: 215.51 mg; Sód: 3221.56 mg; Wapń: 743.47 mg; Żelazo: 6.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.41 g; Błonnik pokarmowy: 6.28 g; Witamina C: 59.53 mg;

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: POŁOŻNICZY PODSTAWOWA C1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Pomidor 50g, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1),

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną,rukolą i jajkiem 100g\*,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), ziemniaki 250g(2) , brukselka z bułką tartą 120g(1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, grejfrut 1 szt,

Masło 10g (2), Herbata z cukrem 250ml\*, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g\*,

**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2891.20 kcal; Białko ogółem: 135.83 g; Tłuszcz: 105.71 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; Magnez: 510.67 mg; Sód: 5744.09 mg; Wapń: 1035.77 mg; Żelazo: 17.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.56 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Witamina C: 372.28 mg;

**niedziela 2023-11-19**

**Dieta: POŁOŻNICZY LEKKOSTRAWNA C2**

Herbata z cukrem 250ml\*, kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Masło 10g (2), serek homo waniliowy 60g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2), parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13), Pomidor 50g,

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną,rukolą i jajkiem 100g\*,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250g\*, ziemniaki 250g(2) , Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,

schab na kartki 40g, Herbata z cukrem 250ml\*, Masło 10g (2), kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1), Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g\*,

**Posilek nocny:**  
Woda mineralna 250ml\*, mus owocowy 100g,

**Wartości odżywcze:** Energia : 34307.58 kcal; Białko ogółem: 961.53 g; Tłuszcz: 367.20 g; Węglowodany ogółem: 7105.14 g; Magnez: 3400.45 mg; Sód: 58433.90 mg; Wapń: 2924.09 mg; Żelazo: 152.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 137.03 g; Błonnik pokarmowy: 508.37 g; Witamina C: 321.41 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital

Śniadanie  
II Śniadanie

Obiad  
Podwieczorek

Kolacja  
Posilek nocny

niedziela 2023-11-19

Dieta: POŁOŻNICZY Z OGR. ŁATWO PRYZYWAJALNYCH  
WĘGLOWODANÓW C3

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog. nat. 60g.(2), Pomidor 50g, parówka aleksandria 60g(1,2,8,11,13),

**II Śniadanie:**

sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka z kaszą jęczmienną,rukolą i jajkiem 100g\*,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki 250g(2) , buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\*, Udko gotowane 1szt 200g, grejfrut 1 szt,

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Masło 10g (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata b/c 250ml\*, Jogurt naturalny 1 szt.\* (150g) (2), Salátka z rukoli,rzodkiewki z pestkami dyni 100g\*,

**Posilek nocny:**

Woda mineralna 250ml\*, Mus warzywno-owocowy 100g\*,

**Wartości odżywcze:** Energia : 2346.49 kcal; Białko ogółem: 126.35 g; Tłuszcz: 103.72 g; Węglowodany ogółem: 265.33 g; Magnez: 497.09 mg; Sód: 5426.00 mg; Wapń: 962.36 mg; Żelazo: 18.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.24 g; Witamina C: 291.61 mg;