

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**poniedziałek 2024-02-19**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Masło 10g (2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , serek homog. owocowy 60g (2) , rzodkiewka 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),

żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13) , gulasz wieprzowy z łopatki 120g(1) , gruszka 1 szt. , Surówka z kapusty czerwonej 120 g\* , kopytka 250g (1,2,3) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2852.13 kcal; Białko ogółem: 124.54 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 398.57 g; Sól: 7.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; suma cukrów prostych: 102.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

**poniedziałek 2024-02-19**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

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

Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , gulasz drobiowy 120g\*(1,13) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , Banan 1 szt , kopytka 250g (1,2,3) ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g (2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* ,

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\* , mus warzywno-owocowy 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2700.89 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 415.69 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 128.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

<b>poniedziałek 2024-02-19</b>		<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3</b>
kasza manna na mleku 350g (1,2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) ( 1), Masło 10g (2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , serek homog. owocowy 60g (2) , Pomidor 50g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , gulasz drobiowy 120g*(1,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , buraczki gotowane 120g (1,2) , Banan 1 szt , kopytka 250g (1,2,3)	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g (2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) ( 1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2700.89 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 71.51 g; Węglowodany ogółem: 415.69 g; Sól: 7.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 128.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

<b>poniedziałek 2024-02-19</b>		<b>Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki ( 1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), Masło 10g (2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , serek homog. nat. 60g.(2) , rzodkiewka 50g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , gulasz drobiowy 120g*(1,13) , Kompot z owoców mroż. b/c 250ml* , Surówka z kapusty czerwonej 120 g* , gruszka 1 szt. , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata b/c 250ml* , Masło 10g (2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), chleb razowy 90g(1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 1 szt.* (150g) (2) , Sałatka z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2425.67 kcal; Białko ogółem: 82.32 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 358.55 g; Sól: 9.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.55 g; suma cukrów prostych: 73.27 g; Błonnik pokarmowy: 42.61 g;

<b>poniedziałek 2024-02-19</b>		<b>Jadłospis dla diety: Papkowata 12</b>
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* , bulka wrocławska 100g (1) ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2192.95 kcal; Białko ogółem: 124.38 g; Tłuszcz: 85.51 g; Węglowodany ogółem: 243.39 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.44 g; suma cukrów prostych: 80.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**poniedziałek 2024-02-19**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , jarzynka gotowana 120g (1,2,13) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1898.95 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 81.11 g; Węglowodany ogółem: 186.79 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.33 g; suma cukrów prostych: 78.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g;

**poniedziałek 2024-02-19**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g (2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , serek homog. owocowy 60g (2) , rzodkiewka 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13) , gulasz wieprzowy z łopatki 120g(1) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , gruszka 1 szt. , Surówka z kapusty czerwonej 120 g* , kopytka 250g (1,2,3) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3036.33 kcal; Białko ogółem: 127.99 g; Tłuszcz: 97.27 g; Węglowodany ogółem: 410.14 g; Sól: 11.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.23 g; suma cukrów prostych: 113.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.05 g;

**poniedziałek 2024-02-19**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , Masło 10g (2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , serek homog. owocowy 60g (2) , Pomidor 50g ,	Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , gulasz drobiowy 120g*(1,13) , buraczki gotowane 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Banan 1 szt , kopytka 250g (1,2,3) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g (2) , kajzerka 50g, chleb pszen-żytni 70g(1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , salátka z kaszą kuskus i tuńczykiem, rukolą i pomidorem 100g ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2922.88 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 84.87 g; Węglowodany ogółem: 427.26 g; Sól: 10.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.55 g; suma cukrów prostych: 139.12 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2024-02-19	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki ( 1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), Masło 10g(2) , szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , serek homog. nat. 60g.(2) , rzodkiewka 50g ,	gruszka 1 szt. , Selerowa z ziemniakami 350ml(1,2,13) , gulasz drobiowy 120g*(1,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Surówka z kapusty czerwonej 120 g* , ziemniaki 250g(2) ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), chleb razowy 90 , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , sałatka z kaszą kuskus, soczewicą i roszponką 100g ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2485.27 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 80.49 g; Węglowodany ogółem: 364.71 g; Sól: 9.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.73 g; suma cukrów prostych: 77.44 g; Błonnik pokarmowy: 42.61 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2560.57 kcal; Białko ogółem: 132.94 g; Tłuszcz: 66.95 g; Węglowodany ogółem: 353.98 g; Sól: 8.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.57 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów  
6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki ( 1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), Masło 10g(2) , papryka św. 50g , filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 40g (2) ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , sałata zielona z jogurtem (2) 100g , sos szpinakowy 100ml (1,2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), chleb razowy 90 , schab na kartki 40g , Sałatka z rukoli,pestkami dyni,ogórkiem zielonym 100g* , jogurt naturalny 150g(2) ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g*		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2570.11 kcal; Białko ogółem: 134.19 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 339.62 g; Sól: 10.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g; suma cukrów prostych: 76.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g;

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata 250g , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml , Sucharki 40g (1) ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , pomidorowa z makaronem350ml.(1,2,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g , jogurt naturalny 150g(2) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1897.66 kcal; Białko ogółem: 118.10 g; Tłuszcz: 87.08 g; Węglowodany ogółem: 165.46 g; Sól: 2.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.75 g; suma cukrów prostych: 81.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.41 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), Masło 10g(2) , papryka św. 50g , filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka panier.90g(1,3,13) , ziemniaki 250g(2) , Kapusta kiszona zasmażana 120g*(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , jabłko deserowe 1 szt. ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), schab na kartki 40g , Salátka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2755.62 kcal; Białko ogółem: 126.35 g; Tłuszcz: 88.21 g; Węglowodany ogółem: 367.93 g; Sól: 9.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; suma cukrów prostych: 82.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , twaróg krajanka 40g (2) , Pomidor 50g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , sos szpinakowy 100ml (1,2) , salata zielona z jogurtem (2) 100g , mandarynka 2 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), schab na kartki 40g , Salátka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.17 kcal; Białko ogółem: 128.64 g; Tłuszcz: 64.92 g; Węglowodany ogółem: 329.23 g; Sól: 7.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; suma cukrów prostych: 82.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , Pomidor 50g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , salata zielona z jogurtem (2) 100g , sos szpinakowy 100ml (1,2) , mandarynka 2 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), schab na kartki 40g , Bulka kajzerka 50g (1) , Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## Jadłospisy dla oddziałów

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata 250g , Ryż na ml, jajo,masło 350ml ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuły z wody 120 g ,	Herbata z cukrem 250ml* , pomidorowa z makaronem 350ml.(1,2,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , jogurt naturalny 150g(2) , brokuły z wody 120 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1673.66 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 82.53 g; Węglowodany ogółem: 127.44 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 79.91 g; Błonnik pokarmowy: 14.44 g;

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , papryka św. 50g , filet pieczony z indyka 40g , Ser żółty 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka panier.90g(1,3,13) , ziemniaki 250g(2) , Kapusta kiszona zasmażana 120g*(2) , jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , schab na kartki 40g , Salátka z rukoli, pestkami dyni, ogórkiem zielonym 100g* , jogurt naturalny 150g(2) ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus- owsianka 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3018.82 kcal; Białko ogółem: 137.41 g; Tłuszcz: 104.80 g; Węglowodany ogółem: 380.64 g; Sól: 12.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.84 g; suma cukrów prostych: 93.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.38 g;

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

Herbata z cukrem 250ml* , kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , twaróg krajanka 40g (2) , Pomidor 50g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , ziemniaki 250g(2) , salata zielona z jogurtem (2) 100g , sos szpinakowy 100ml (1,2) , mandarynka 2 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1 szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , schab na kartki 40g , Bulka kajzerka 50g (1) , Salátka z rukolą, pomidorami z pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus- owsianka 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2823.76 kcal; Białko ogółem: 144.00 g; Tłuszcz: 83.54 g; Węglowodany ogółem: 366.69 g; Sól: 11.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.89 g; suma cukrów prostych: 94.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

**wtorek 2024-02-20**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki ( 1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), Masło 10g(2) , papryka św. 50g , filet pieczony z indyka 40g , twaróg krajanka 40g (2) ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13) , filet z kurczaka gotowany 90g , sos szpinakowy 100ml (1,2) , ziemniaki 250g(2) , salata zielona z jogurtem (2) 100g , jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* ,	Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb razowy 90 , schab na kartki 40g , Salatka z rukoli,pestkami dyni,ogórkiem zielonym 100g* , jogurt naturalny 150g(2) ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* ,		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus- owsianka 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2570.11 kcal; Białko ogółem: 134.19 g; Tłuszcz: 78.28 g;

Węglowodany ogółem: 339.62 g; Sól: 10.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.53 g; suma cukrów prostych:

76.59 g; Błonnik pokarmowy: 35.94 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Polędwica sopocka 40g (8) , Masło 10g(2) , serek wiejski 60g (2) , Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) ( 1),

Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13) , jajko 2szt. w sosie chrzanowym 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g , Banan 1 szt ,

kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g\* ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3043.46 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 91.51 g; Węglowodany ogółem: 421.64 g; Sól: 9.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.86 g; suma cukrów prostych: 128.27 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g;

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Masło 10g(2) , Polędwica sopocka 40g (8) , serek wiejski 60g (2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2) , Pomidor 50g ,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g , Banan 1 szt , pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,

Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\* ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2487.84 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 358.23 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 118.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Masło 10g(2) , Polędwica sopocka 40g (8) , serek wiejski 60g (2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g\* (1,2) , Pomidor 50g ,

Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g , Banan 1 szt , pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,

Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g\* ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2487.84 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węglowodany ogółem: 358.23 g; Sól: 7.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.25 g; suma cukrów prostych: 118.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów  
6**

chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Masło 10g(2), Polędwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kawa zbożowa b/c 250ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. b/c 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g(2), grejfrut 1 szt, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3),	Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb razowy 90, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Herbata b/c 250g, jogurt naturalny 150g(2), Salatką z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*,
<b>II Śniadanie:</b> Salatką z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2544.30 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 76.53 g; Węglowodany ogółem: 374.95 g; Sól: 9.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.27 g; suma cukrów prostych: 97.43 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g;

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo, masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, bułka wrocławska 100g (1),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2311.33 kcal; Białko ogółem: 143.44 g; Tłuszcz: 106.08 g; Węglowodany ogółem: 203.86 g; Sól: 3.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; suma cukrów prostych: 85.32 g; Błonnik pokarmowy: 20.31 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , Kompot z owoców mroż. 250ml* , bukiet warzyw królewski 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , bukiet warzyw królewski 120g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Mięso mielone drobiowe 90g* ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus warzywno-owocowy 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1794.73 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 87.40 g; Węglowodany ogółem: 147.26 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.79 g; suma cukrów prostych: 83.42 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g;

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Polędwica sopočka 40g (8) , Masło 10g(2) , serek wiejski 60g (2) , Pomidor 50g , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , chleb żytni 1 kromka 35g (1) ( 1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13) , jajko 2szt. w sosie chrzanowym 100g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) , surówka z marchewki z jabłkiem 120g , Banan 1 szt ,	kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Masło 10g(2) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3228.35 kcal; Białko ogółem: 138.47 g; Tłuszcz: 103.12 g; Węglowodany ogółem: 433.22 g; Sól: 12.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.69 g; suma cukrów prostych: 139.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.79 g;

**środa 2024-02-21**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), Masło 10g(2) , Polędwica sopočka 40g (8) , serek wiejski 60g (2) , Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2) , Pomidor 50g ,	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , ziemniaki 250g(2) , brokuły z wody 120 g , Banan 1 szt , pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3) ,	Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( 1), szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2672.73 kcal; Białko ogółem: 101.30 g; Tłuszcz: 83.63 g; Węglowodany ogółem: 369.80 g; Sól: 10.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; suma cukrów prostych: 129.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2024-02-21	Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3	
chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Masło 10g(2), Połudwica sopocka 40g (8), serek wiejski 60g (2), Pomidor 50g, kawa zbożowa b/c 250ml(1,2),	Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, ziemniaki 250g(2), grejfrut 1 szt, pulpet drobiowy parowany 90g(1,2,3),	Masło 10g(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb razowy 90, szynka na kartki 40g (1,2,11,13), Herbata b/c 250g, jogurt naturalny 150g(2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z kaszą jęczmienną, pomidorem, rukolą i jajkiem 100g*, sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g, Woda mineralna 500ml*,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2544.30 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 76.53 g;  
 Węglowodany ogółem: 374.95 g; Sól: 9.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.27 g; suma cukrów prostych: 97.43 g; Błonnik pokarmowy: 43.47 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Masło 10g(2) , ogórek zielony 50g , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , ser topiony 1szt. 17g (2) , Herbata z cukrem 250ml\* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) ( **1**),

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Pieczeń wołowa extra w sosie pieczeniowym 90g\* , ziemniaki 250g(2) , fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , kiwi 1szt. ,

szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml\* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Masło 10g(2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g\* , jogurt naturalny 100g (2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2350.49 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 68.35 g; Węglowodany ogółem: 324.37 g; Sól: 9.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.35 g; suma cukrów prostych: 63.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , twarożek 60g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Pomidor 50g ,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , sztuka mięsa - wołowina 90g , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , jabłko deserowe 1 szt. ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g\* , jogurt naturalny 100g (2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2368.26 kcal; Białko ogółem: 120.09 g; Tłuszcz: 73.86 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; Sól: 7.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 73.44 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , twarożek 60g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Pomidor 50g ,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , sztuka mięsa - wołowina 90g , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , jabłko deserowe 1 szt. ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Bulka kajzerka 50g (1) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g\* , jogurt naturalny 100g (2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2518.26 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz: 75.66 g; Węglowodany ogółem: 332.09 g; Sól: 9.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.28 g; suma cukrów prostych: 74.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów  
6**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki ( 1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), Masło 10g(2) , ogórek zielony 50g , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , twarożek 60g (2) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Szpinak gotowany 120g(2) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , sztuka mięsa - wołowina 90g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , kiwi 1szt. ,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( 1), chleb razowy 90 , Salátka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) ,
<b>II Śniadanie:</b> sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2481.76 kcal; Białko ogółem: 126.05 g; Tłuszcz: 84.33 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Sól: 11.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.35 g; suma cukrów prostych: 58.10 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata z cukrem 250ml* , Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* , Sucharki 40g (1) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,	Herbata z cukrem 250ml* , Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1757.84 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 76.71 g; Węglowodany ogółem: 167.56 g; Sól: 2.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; suma cukrów prostych: 57.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata z cukrem 250ml\* , Płatki jęczmienne na ml, jajo, masło 350ml\* ,

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

Herbata z cukrem 250ml\* , Koperkowa z ziemniakami 350ml\*(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g\* , marchew gotowana 120g (1,2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1597.84 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 139.96 g; Sól: 2.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.08 g; suma cukrów prostych: 56.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g;

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Masło 10g(2) , ogórek zielony 50g , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , ser topiony 1szt. 17g (2) , Herbata z cukrem 250ml\* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) ( **1**),

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Pieczeń wołowa extra w sosie pieczeniowym 90g\* , ziemniaki 250g(2) , fasolka szparagowa z bulką tartą 120g(1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , kiwi 1szt. ,

szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml\* , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Masło 10g(2) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g\* , jogurt naturalny 100g (2) ,

**II Śniadanie:** sok warzywny 300ml 1 szt. , Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g ,

**Posiłek nocny:** mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2557.54 kcal; Białko ogółem: 118.58 g; Tłuszcz: 80.92 g; Węglowodany ogółem: 335.76 g; Sól: 13.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.60 g; suma cukrów prostych: 73.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

Płatki jęczmienne na mleku 350 ml\*(1,2) , Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , twarożek 60g (2) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), Pomidor 50g ,

Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , sztuka mięsa - wołowina 90g , ziemniaki 250g(2) , Szpinak gotowany 120g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , jabłko deserowe 1 szt. ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) ( **1**), szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i pestkami dyni 100g\* , jogurt naturalny 100g (2) ,

**II Śniadanie:** Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g , sok warzywny 300ml 1 szt. ,

**Posiłek nocny:** mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2575.31 kcal; Białko ogółem: 127.24 g; Tłuszcz: 86.43 g; Węglowodany ogółem: 318.48 g; Sól: 12.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.68 g; suma cukrów prostych: 83.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

**czwartek 2024-02-22**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3**

kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) , chleb żytni 90g(1) 3 kromki ( <b>1</b> ), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( <b>1</b> ), Masło 10g(2) , ogórek zielony 50g , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , twarożek 60g (2) ,	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Szpinak gotowany 120g(2) , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , sztuka mięsa - wołowina 90g , Sos pietruszkowy 100g (1,2) , kiwi 1szt. ,	szynka farmerska 40g(1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) ( <b>1</b> ), chleb razowy 90 , Salátka z pomidorem,sałatą zieloną i pestkami dyni 100g* , Jogurt naturalny 150g ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka makaronowa z brokulem, pomidorem i szynką 100g , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2451.76 kcal; Białko ogółem: 123.90 g; Tłuszcz: 83.33 g;

Węglowodany ogółem: 307.56 g; Sól: 11.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.75 g; suma cukrów prostych:

56.00 g; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kakao 250ml( 1,2) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , serek homo waniliowy 60g , dżem 50g , rzodkiewka 50g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,

Kapuśniak 400ml (1,2,8,11) , filet z morszczuka smaż. 100g(1,3,4,13,8) , Surówka z pora i jabłka 120g\* , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , pomarańcza 1 szt ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rukoli, ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g\* ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3282.91 kcal; Białko ogółem: 119.92 g; Tłuszcz: 96.65 g; Węglowodany ogółem: 489.72 g; Sól: 10.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.14 g; suma cukrów prostych: 129.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , Masło 10g(2) , dżem 50g , serek homo waniliowy 60g , kakao 250ml( 1,2) , Pomidor 50g ,

Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z morszczuka parowany 100g , ziemniaki 250g(2) , Sos koperkowy 100g (1,2) , salátka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , pomarańcza 1 szt ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2987.07 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 83.81 g; Węglowodany ogółem: 445.43 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 126.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.77 g;

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , Masło 10g(2) , dżem 50g , serek homo waniliowy 60g , kakao 250ml( 1,2) , Pomidor 50g ,

Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z morszczuka parowany 100g , salátka z selera z jabłkiem 120g , ziemniaki 250g(2) , Sos koperkowy 100g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , pomarańcza 1 szt ,

Herbata z cukrem 250ml\* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g\* ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2987.07 kcal; Białko ogółem: 117.90 g; Tłuszcz: 83.81 g; Węglowodany ogółem: 445.43 g; Sól: 6.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.43 g; suma cukrów prostych: 126.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.77 g;

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów 6**

chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), serek homog. nat. 60g.(2) , rzodkiewka 50g , Polędwica sopocka 40g (8) , Kakao b/c 250 ml ,

Krupnik 350ml(1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g , Sos koperkowy 100g (1,2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\* , Surówka z pora i jabłka 120g\* , pomarańcza 1 szt ,

Herbata b/c 250g , Masło 10g(2) , chleb razowy 90 , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g\* ,

**II Śniadanie:** Salátka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g\* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2716.69 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 94.06 g; Węglowodany ogółem: 351.30 g; Sól: 8.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.68 g; suma cukrów prostych: 69.59 g; Błonnik pokarmowy: 39.12 g;

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

kakao 250ml( 1,2) , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml\* , bułka wrocławska 100g (1) ,

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

Herbata z cukrem 250ml\* , Krupnik 350ml(1,2,8,13) , brokuły z wody 120 g , Mięso mielone drobiowe 90g\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2204.88 kcal; Białko ogółem: 124.08 g; Tłuszcz: 94.02 g; Węglowodany ogółem: 222.53 g; Sól: 3.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; suma cukrów prostych: 77.48 g; Błonnik pokarmowy: 18.00 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

kakao 250ml( 1,2) , Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml* ,	Kompot z owoców mroż. 250ml* , Krupnik 350ml(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuly z wody 120 g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Krupnik 350ml(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , brokuly z wody 120 g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1910.88 kcal; Białko ogółem: 116.08 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 165.93 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 75.58 g; Błonnik pokarmowy: 16.20 g;

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kakao 250ml( 1,2) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , serek homo waniliowy 60g , Polędwica sopočka 40g (8) , rzodkiewka 50g , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),	Kapuśniak 400ml (1,2,8,11) , filet z morszczuka smaź. 100g(1,3,4,13,8) , Surówka z pora i jabłka 120g* , ziemniaki 250g(2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , pomarańcza 1 szt ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3508.80 kcal; Białko ogółem: 140.24 g; Tłuszcz: 110.13 g; Węglowodany ogółem: 485.21 g; Sól: 13.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.67 g; suma cukrów prostych: 121.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.11 g;

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

kasza manna na mleku 350g (1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Rogalik maślany 1 szt.(1,2,3) , Masło 10g(2) , Polędwica sopočka 40g (8) , serek homo waniliowy 60g , kakao 250ml( 1,2) , Pomidor 50g ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , filet z morszczuka parowany 100g , ziemniaki 250g(2) , Sos koperkowy 100g (1,2) , salátka z selera z jabłkiem 120g , Kompot z owoców mroż. 250ml* , pomarańcza 1 szt ,	Herbata z cukrem 250ml* , Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Pasta z białka jaja 60g z zieloną pietruszką (3,13) , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Salátka z rukoli, pomidorami i nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3212.96 kcal; Białko ogółem: 138.22 g; Tłuszcz: 97.29 g; Węglowodany ogółem: 440.92 g; Sól: 10.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.96 g; suma cukrów prostych: 118.55 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

**piątek 2024-02-23**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3**

chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), serek homog. nat. 60g.(2) , rzodkiewka 50g , Polędwica sopocka 40g (8) , kakao b/c 250ml (1,2) ,	Krupnik 350ml(1,2,8,13) , ziemniaki 250g(2) , filet z morszczuka parowany 100g , Sos koperkowy 100g (1,2) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , Surówka z pora i jabłka 120g* , pomarańcza 1 szt ,	Kakao b/c 250 ml , Masło 10g(2) , chleb razowy 90 , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), pasta jajeczna ze szczypior.60g(3,13,11) , Jogurt naturalny 150g , Salátka z rukoli,ogórka zielonego z nasionami słonecznika 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z ryżu,pomidora,szpinaku baby i kurczaka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2822.26 kcal; Białko ogółem: 126.77 g; Tłuszcz: 98.31 g; Węglowodany ogółem: 361.64 g; Sól: 8.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.20 g; suma cukrów prostych: 78.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , Ser żółty 40g (2) , papryka świeża 50g. , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1),	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13) , pieczeń rzymska 90g(1,2,3,8,13) , Ryż biały 200g* , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , Sos pieczarkowy 100 (1,2,8) , mandarynka 2 szt. , Kompot z owoców mroż. 250ml* ,	Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , Sałatka z rzodkiewki, roszponki, pestkami dyni 100g* , jogurt naturalny 150g(2) , <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml*
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2681.80 kcal; Białko ogółem: 107.09 g; Tłuszcz: 86.78 g; Węglowodany ogółem: 372.23 g; Sól: 11.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.79 g; suma cukrów prostych: 88.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g;

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , twaróg krajanka 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , Pomidor 50g ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ryż biały 200g* , buraczki gotowane 120g (1,2) , mandarynka 2 szt. ,	Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g* , <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml*
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.08 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 61.71 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; Sól: 9.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; suma cukrów prostych: 83.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1), Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , twaróg krajanka 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , Pomidor 50g ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ryż biały 200g* , buraczki gotowane 120g (1,2) , mandarynka 2 szt. ,	Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Sałatka z roszponką, pomidorem i pestkami dynii 100g* , <b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml*
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.08 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 61.71 g; Węglowodany ogółem: 302.14 g; Sól: 9.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.05 g; suma cukrów prostych: 83.11 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów  
6**

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), masło 10g(2), schab na kartki 40g, Ser żółty 40g (2), papryka świeża 50g., kawa zbożowa b/c 250ml(1,2),	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13), Kompot z owoców mroż.b/c 250ml*, ryż brązowy 200g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), mandarynka 2 szt.,	Masło 10g(2), chleb razowy 90, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13), Herbata b/c 250g, Jogurt naturalny 150g, Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g*,
II Śniadanie: sok warzywny 300ml 1 szt., Sałatka z makaronem orzo, brokułem, jajkiem i szpinakiem baby 100g*		Posiłek nocny: mus owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2384.39 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 84.44 g; Węglowodany ogółem: 304.13 g; Sól: 12.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych: 72.25 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata 250g, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, sucharki 30g*(1),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata 250g, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, jogurt naturalny 150g(2),
		Posiłek nocny: mus owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1935.70 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 74.35 g; Węglowodany ogółem: 219.63 g; Sól: 5.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.61 g; suma cukrów prostych: 85.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata 250g , Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml ,	Kompot z owoców mroż. 250ml* , Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , marchew gotowana 120g (1,2) ,	marchew gotowana 120g (1,2) , Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13) , Herbata 250g , jogurt naturalny 150g(2) , Mięso mielone drobiowe 90g* ,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1815.70 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 72.25 g; Węglowodany ogółem: 198.93 g; Sól: 4.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.37 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.50 g;

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , Ser żółty 40g (2) , papryka świeża 50g. , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13) , pieczeń rzymska 90g(1,2,3,8,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ryż biały 200g* , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , mandarynka 2 szt. , Sos pieczarkowy 100 (1,2,8) ,	Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2944.99 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 103.37 g; Węglowodany ogółem: 384.94 g; Sól: 14.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.11 g; suma cukrów prostych: 98.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g;

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , schab na kartki 40g , twaróg krajanka 40g (2) , Herbata z cukrem 250ml* , Pomidor 50g ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , Ryż biały 200g* , buraczki gotowane 120g (1,2) , mandarynka 2 szt. ,	Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Herbata z cukrem 250ml* , jogurt naturalny 150g(2) , Sałatka z roszoneką, pomidorem i pestkami dyni 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2435.28 kcal; Białko ogółem: 113.47 g; Tłuszcz: 78.30 g; Węglowodany ogółem: 314.85 g; Sól: 12.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.36 g; suma cukrów prostych: 93.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

**sobota 2024-02-24**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3**

chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), masło 10g(2) , schab na kartki 40g , Ser żółty 40g (2) , papryka świeża 50g. , kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) ,	Jarzynowa z ziemniakami 400ml*(1,2,8,13) , Potrawka drobiowa 120g* (1,2,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml* , ryż brązowy 200g , sałatka z buraków 120g (3,11,13) , mandarynka 2 szt. ,	Masło 10g(2) , chleb razowy 90 , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), polędwica wiśniowa 40g (1,2,11,13) , Herbata b/c 250g , Jogurt naturalny 150g , Sałatka z rzodkiewki, roszonek, pestkami dyni 100g* ,
<b>II Śniadanie:</b> Sałatka z makaronem orzo, brokulem, jajakiem i szpinakiem baby 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus- owsianka 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2384.39 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 84.44 g;

Węglowodany ogółem: 304.13 g; Sól: 12.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych:

72.25 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**Oddział: Szpital**

**Śniadanie  
II Śniadanie**

**Obiad  
Podwieczorek**

**Kolacja  
Posiłek nocny**

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Podstawowa 1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Pomidor 50g , Herbata z cukrem 250ml\* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,

Grycikowa 350ml\*(1,8,13) , Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8) , ziemniaki 250g(2) , surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , grejfrut 1 szt ,

kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , filet pieczony z indyka 40g , Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml\* , Salátka z papryki, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

**Posiłek nocny:** mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2863.58 kcal; Białko ogółem: 144.05 g; Tłuszcz: 105.47 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; Sól: 10.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.24 g; suma cukrów prostych: 87.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.89 g;

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml\* , Pomidor 50g ,

Grycikowa 350ml\*(1,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , grejfrut 1 szt ,

kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml\* , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

**Posiłek nocny:** mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2780.06 kcal; Białko ogółem: 140.71 g; Tłuszcz: 103.93 g; Węglowodany ogółem: 322.92 g; Sól: 8.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.50 g; suma cukrów prostych: 87.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Z ogr. tłuszczu 3**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml\*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , szynka na kartki 40g (1,2,11,13) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml\* , Pomidor 50g ,

Grycikowa 350ml\*(1,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml\* , grejfrut 1 szt ,

Masło 10g(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml\* , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\* , mus owocowy 100g

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2520.86 kcal; Białko ogółem: 127.59 g; Tłuszcz: 80.97 g; Węglowodany ogółem: 322.84 g; Sól: 6.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.07 g; suma cukrów prostych: 87.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Z ogran. łatwo przyswajalnych węglowodanów  
6**

chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Pomidor 50g , kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) ,

Grycikowa 350ml\*(1,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , ziemniaki 250g(2) , surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\* , grejfrut 1 szt ,

chleb razowy 90 , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), filet pieczony z indyka 40g , Herbata b/c 250g , Salátka z papryki,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt naturalny 150g ,

**II Śniadanie:** Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g\* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,

**Posiłek nocny:** mus owocowy 100g , Woda mineralna 500ml\*

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3043.92 kcal; Białko ogółem: 153.42 g; Tłuszcz: 117.68 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; Sól: 12.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g;

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Papkowata 12**

Herbata 250g , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml , bułka wrocławska 100g (1) ,

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

Herbata 250g , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , bukiet warzyw królewski 120g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) , Mięso mielone drobiowe 90g\* ,

**Posiłek nocny:** Woda mineralna 500ml\* , mus owocowy 100g

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2077.38 kcal; Białko ogółem: 132.41 g; Tłuszcz: 95.36 g; Węglowodany ogółem: 177.57 g; Sól: 3.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.19 g; suma cukrów prostych: 79.01 g; Błonnik pokarmowy: 14.69 g;



## Jadłospisy dla oddziałów

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona 14**

Herbata z cukrem 250ml* , kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml ,	Kompot z owoców mroż. 250ml* , Mięso mielone drobiowe 90g* , Grysikowa 350ml*(1,8,13) , bukiet warzyw królewski 120g ,	Herbata z cukrem 250ml* , Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13) , Mięso mielone drobiowe 90g* , bukiet warzyw królewski 120g , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
		<b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml* , mus owocowy 100g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1480.98 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 76.68 g; Węglowodany ogółem: 101.01 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.05 g; suma cukrów prostych: 57.15 g; Błonnik pokarmowy: 12.89 g;

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Podstawowa C1**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Pomidor 50g , Herbata z cukrem 250ml* , chleb żytni 1 kromka 35g (1) (1) ,	Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8) , ziemniaki 250g(2) , surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , grejfrut 1 szt ,	kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , filet pieczony z indyka 40g , Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml* , Salátka z papryki, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3116.57 kcal; Białko ogółem: 156.00 g; Tłuszcz: 119.77 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; Sól: 13.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.47 g; suma cukrów prostych: 98.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g;

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Lekkostrawna C2**

Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2) , kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Masło 10g(2) , Herbata z cukrem 250ml* , Pomidor 50g ,	Grysikowa 350ml*(1,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , ziemniaki 250g(2) , marchew gotowana 120g (1,2) , Kompot z owoców mroż. 250ml* , grejfrut 1 szt ,	kajzerka 1szt, chleb pszen-żytni 2 kromki(1) (1) , Masło 10g(2) , filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml* , Salátka z pomidorem, salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g* , Jogurt owocowy 100g 1szt. (2) ,
<b>II Śniadanie:</b> Salátka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,		<b>Posiłek nocny:</b> mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3033.05 kcal; Białko ogółem: 152.66 g; Tłuszcz: 118.23 g; Węglowodany ogółem: 337.10 g; Sól: 11.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.73 g; suma cukrów prostych: 98.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

**niedziela 2024-02-25**

**Jadłospis dla diety: Położniczy Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów C3**

chleb żytni 90g(1) 3 kromki (1), Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), Kielbaska wieprzowa 2szt. (1,8) , Twarożek z koperkiem 60g (2) , Pomidor 50g , kawa zbożowa b/c 250ml(1,2) ,

grejfrut 1 szt , Grysikowa 350ml\*(1,8,13) , Udko gotowane 1szt 200g , ziemniaki 250g(2) , surówka z ogórka kisz.120g(3,11,13) , Kompot z owoców mroż.b/c 250ml\* ,

chleb razowy 90 , Masło 10g(2) , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1) (1), filet pieczony z indyka 40g , Herbata b/c 250g , Sałatka z papryki,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g\* , Jogurt naturalny 150g ,

**II Śniadanie:** Sałatka z ryżu, pomidora, szpinaku baby i tunczyka 100g\* , sok warzywny 300ml 1 szt. ,

**Posiłek nocny:** mus - jaglanka z siemieniem lnianym 100g , Woda mineralna 500ml\* ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3043.92 kcal; Białko ogółem: 153.42 g; Tłuszcz: 117.68 g; Węglowodany ogółem: 351.11 g; Sól: 12.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 78.85 g; Błonnik pokarmowy: 38.18 g;