

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kielbasa krakowska poduszana 20g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora i bazylii 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Dip jogurtowy z koperkiem i czosnkiem 20g (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (<i>GLU, MLE</i>), surówka z kapusty młodej z koperkiem 150g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, arbus 150g, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2359.04 kcal; Białko ogółem: 93.04 g; Tłuszcz: 76.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.49 g; Cholesterol: 267.19 mg; Węglowodany ogółem: 355.59 g; Cukry proste: 45.71 g; Sód: 1665.14 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

| sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|--|--|---|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora i bazylii 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Dip jogurtowy z koperkiem i czosnkiem 20g (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (<i>GLU, MLE</i>), surówka z kapusty młodej z koperkiem 150g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: arbus 150g, | Podwieczerek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2524.14 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.00 g; Cholesterol: 271.69 mg; Węglowodany ogółem: 386.55 g; Cukry proste: 53.66 g; Sód: 1755.34 mg; Błonnik pokarmowy: 33.89 g;

| sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|---|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z dresingiem 150g, Ryż biały 150g, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: arbus 150g, | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2352.11 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.46 g; Cholesterol: 270.03 mg; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Cukry proste: 51.84 g; Sód: 1995.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;

| sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|--|--|
| Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora i bazylii 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Dip jogurtowy z koperkiem i czosnkiem 20g (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (<i>GLU, MLE</i>), surówka z kapusty młodej z koperkiem 150g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>), | Podwieczerek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2304.17 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.66 g; Cholesterol: 288.20 mg; Węglowodany ogółem: 318.28 g; Cukry proste: 25.86 g; Sód: 1610.38 mg; Błonnik pokarmowy: 35.48 g;

| sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|--|---|--|
| Makaron durum na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta z awokado z ziołami 60g (<i>MLE</i>), Szynka roślinna wieprzowa 20g, Sałatka z pomidora i bazylii 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Kotlet z ciecierzycy 90g, surówka z kapusty młodej z koperkiem 150g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta z bobu 60g (<i>JAJ</i>), Dżem niskosłodzony 1szt, Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: banan 1szt, | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2296.36 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.45 g; Cholesterol: 244.86 mg; Węglowodany ogółem: 324.63 g; Cukry proste: 31.74 g; Sód: 1336.11 mg; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;

| sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|--|---|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z dresingiem 150g, Ryż biały 150g, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2330.59 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Cholesterol: 219.60 mg; Węglowodany ogółem: 356.59 g; Cukry proste: 51.36 g; Sód: 1898.15 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-06-20 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora i bazylii 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Dip jogurtowy z koperkiem i czosnkiem 20g (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (<i>GLU, MLE</i>), surówka z kapusty młodej z koperkiem 150g (<i>SOJ, GOR</i>), Kasza gryczana 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, arbuz 150g, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2374.28 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.66 g; Cholesterol: 255.38 mg; Węglowodany ogółem: 351.54 g; Cukry proste: 56.49 g; Sód: 1780.76 mg; Błonnik pokarmowy: 47.01 g;

| sobota 2026-06-20 | | |
|---|---|---|
| Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z dresingiem 150g, Ryż biały 150g, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2395.80 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 50.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.59 g; Cholesterol: 288.59 mg; Węglowodany ogółem: 329.61 g; Cukry proste: 44.99 g; Sód: 1694.28 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

| sobota 2026-06-20 | | |
|---|---|---|
| Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
| Makaron durum na mleku 150ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), zapiekanka z kaszy i warzyw 250g (<i>GLU, SEL</i>), Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z dresingiem 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, | Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Płatki orkiszowe na mleku 150ml (<i>MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 80g, Dżem niskosłodzony 1szt, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: kisiel b/c 200g, | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2202.91 kcal; Białko ogółem: 58.50 g; Tłuszcz: 54.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.96 g; Cholesterol: 251.73 mg; Węglowodany ogółem: 374.86 g; Cukry proste: 58.21 g; Sód: 891.74 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

| sobota 2026-06-20 | | |
|--|--|--|
| Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta z łopatkii 60g, Sałatka z selera z natką pietruszki 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Potrawka drobiowa z piersi 150g (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ryż biały 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z fileta z kurczaka 60g, Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2218.49 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 50.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.22 g; Cholesterol: 278.81 mg; Węglowodany ogółem: 345.54 g; Cukry proste: 51.51 g; Sód: 1747.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.85 g;

| sobota 2026-06-20 | | |
|---|---|---|
| Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2084.37 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.84 g; Cholesterol: 327.83 mg; Węglowodany ogółem: 225.74 g; Cukry proste: 24.78 g; Sód: 874.83 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

| sobota 2026-06-20 | | |
|---|--|---|
| Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2247.65 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g; Cholesterol: 255.10 mg; Węglowodany ogółem: 254.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;

| sobota 2026-06-20 | | |
|--|---|---|
| Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Sałatka z pomidora i bazylii 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (<i>GLU</i>), Dip jogurtowy z koperkiem i czosnkiem 20g (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałata lodowa z dresingiem 150g, Ryż brązowy 150g, kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g, Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: arbuz 150g, | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2296.59 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.52 g; Cholesterol: 278.13 mg; Węglowodany ogółem: 387.54 g; Cukry proste: 51.66 g; Sód: 1668.66 mg; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-06-20 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|---|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Połędwica sopocka 60g (GLU), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (GLU), Sałata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Szynekowa dębowa 60g , Jabłko gotowane 150g , Herbata bez cukru 250ml , |
| II Śniadanie: arbuz 150g , | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ), |

Wartości odżywcze: Energia : 2252.11 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 59.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.46 g; Cholesterol: 260.03 mg; Węglowodany ogółem: 352.64 g; Cukry proste: 51.84 g; Sód: 1995.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.22 g;

| sobota 2026-06-20 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|--|--|---|
| Skyr naturalny 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka z pomidora i bazylii 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Połędwica sopocka 60g (GLU), Dip jogurtowy z koperkiem i czosnkiem 20g (MLE), | Koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (GLU), Sałata lodowa z dresingiem 150g , Ryż brązowy 150g . Sos jarzynowy 100ml (GLU), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml , | masło 15g 1szt (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą i słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml , Szynekowa dębowa 60g , |
| II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (GLU, MLE, ORZ), | Podwieczorek: Serek wiejski 200g (MLE), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2324.86 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.84 g; Cholesterol: 286.84 mg; Węglowodany ogółem: 309.73 g; Cukry proste: 26.36 g; Sód: 1385.85 mg; Błonnik pokarmowy: 34.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|--|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Brokułowa 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), pasta z ryby i jaj z cebulą i ogórkiem 60g (<i>JAJ, RYB</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2270.12 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 51.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.29 g; Cholesterol: 266.06 mg; Węglowodany ogółem: 302.84 g; Cukry proste: 43.37 g; Sód: 1751.22 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|--|--|--|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Brokułowa 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), pasta z ryby i jaj z cebulą i ogórkiem 60g (<i>JAJ, RYB</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2457.96 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.39 g; Cholesterol: 289.50 mg; Węglowodany ogółem: 354.36 g; Cukry proste: 63.18 g; Sód: 1856.34 mg; Błonnik pokarmowy: 33.03 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|--|--|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Brokułowa 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Buraczki oprószone 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), Borówki 20g, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2238.34 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.35 g; Cholesterol: 261.86 mg; Węglowodany ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 50.52 g; Sód: 1761.30 mg; Błonnik pokarmowy: 32.71 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|--|---|
| Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Brokułowa bez śmietany 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos koperkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), pasta z ryby i jaj z cebulą i ogórkiem 60g (<i>JAJ, RYB</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Sałatka z fasoli i pomidora 100g, | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 25g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-buraczana 50g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2276.66 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.70 g; Cholesterol: 280.00 mg; Węglowodany ogółem: 300.83 g; Cukry proste: 27.53 g; Sód: 1667.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|--|--|---|
| Manna na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska roślinna 40g (<i>GLU</i>), Ser roślinny 40g (<i>MLE</i>), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Brokułowa bez śmietany 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Kotlet sojowy 100g, Mizeria z jogurtem roślinnym 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta z tofu 60g (<i>MLE</i>), Szynka roślinna drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: arbuz 150g, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2319.81 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.11 g; Cholesterol: 140.90 mg; Węglowodany ogółem: 355.60 g; Cukry proste: 59.49 g; Sód: 1488.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.04 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|--|---|---|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (<i>GLU</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Buraczki oprószone 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2225.48 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.64 g; Cholesterol: 218.40 mg; Węglowodany ogółem: 355.23 g; Cukry proste: 58.86 g; Sód: 1673.17 mg; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|---|--|--|
|---|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), pasta z ryby i jaj z cebulą i ogórkiem 60g (JAJ, RYB), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2361.35 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.56 g; Cholesterol: 267.87 mg; Węglowodany ogółem: 328.89 g; Cukry proste: 38.26 g; Sód: 1370.38 mg; Błonnik pokarmowy: 46.03 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|---|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószone 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2363.03 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 54.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.30 g; Cholesterol: 275.30 mg; Węglowodany ogółem: 312.27 g; Cukry proste: 59.57 g; Sód: 1661.67 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|---|--|---|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Miód 1szt, Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Pasta warzywna 80g, | Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), sos waniliowy z/c 140ml (GLU, JAJ, MLE), Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, Szynkowa dębowa drobiowa 20g, |
| II Śniadanie: chrupki 30g, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2310.05 kcal; Białko ogółem: 59.07 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.19 g; Cholesterol: 253.70 mg; Węglowodany ogółem: 381.39 g; Cukry proste: 55.61 g; Sód: 1232.94 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z szynki 60g, Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z marchwi 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Potrawka ze schabu 150g (GLU, SEL), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z łopatką 60g, Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Puree z dyni i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2188.95 kcal; Białko ogółem: 84.71 g; Tłuszcz: 49.01 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.15 g; Cholesterol: 260.18 mg; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Cukry proste: 50.54 g; Sód: 1655.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|--|---|--|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2117.75 kcal; Białko ogółem: 73.63 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.96 g; Cholesterol: 267.74 mg; Węglowodany ogółem: 233.83 g; Cukry proste: 9.37 g; Sód: 1305.86 mg; Błonnik pokarmowy: 8.75 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|--|---|--|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Chrupki z mlekiem i masłem /zmiksowane/ 250ml (MLE), | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE), | |

Wartości odżywcze: Energia : 2270.24 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.65 g; Cholesterol: 287.90 mg; Węglowodany ogółem: 253.64 g; Cukry proste: 14.95 g; Sód: 1485.94 mg; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;

| niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|--|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, | Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2302.91 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.59 g; Cholesterol: 283.50 mg; Węglowodany ogółem: 349.64 g; Cukry proste: 55.25 g; Sód: 1887.28 mg; Błonnik pokarmowy: 34.04 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-06-21 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|---|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Salatką z selera 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2238.34 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.35 g; Cholesterol: 271.86 mg; Węglowodany ogółem: 320.44 g; Cukry proste: 50.52 g; Sód: 1761.30 mg; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;

| niedziela 2026-06-21 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|--|---|---|
| Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z dresingiem 80g, | Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos koperkowy bez mąki 100g (MLE), | Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU), Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-buraczana 50g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2299.64 kcal; Białko ogółem: 87.85 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.86 g; Cholesterol: 278.75 mg; Węglowodany ogółem: 284.26 g; Cukry proste: 29.63 g; Sód: 1264.47 mg; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kotlek mielony smażony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, Pomarańcza 150g, | Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna ze szczypiorkiem 60g, sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Kefir 200g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia: 2368.52 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 59.61 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.05 g; Cholesterol: 267.49 mg; Węglowodany ogółem: 359.83 g; Cukry proste: 37.99 g; Sód: 1295.37 mg; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|---|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kotlek mielony smażony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna ze szczypiorkiem 60g, sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g, | Podwieczerek: Pomarańcza 150g, | Posiłek nocny: Kefir 200g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2558.56 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 30.39 g; Cholesterol: 292.29 mg; Węglowodany ogółem: 411.14 g; Cukry proste: 43.39 g; Sód: 1303.01 mg; Błonnik pokarmowy: 34.23 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|--|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Kefir 200g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2395.99 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 50.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.81 g; Cholesterol: 260.31 mg; Węglowodany ogółem: 388.85 g; Cukry proste: 47.20 g; Sód: 1277.92 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|--|---|
| Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki 150g, Sos jarzynowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna ze szczypiorkiem 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Sałatka z cukinii w plastrach z ziołami 150g, | Podwieczerek: Sałatka brokułowa z fetą i słonecznikiem 150g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2347.83 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.84 g; Cholesterol: 287.89 mg; Węglowodany ogółem: 336.58 g; Cukry proste: 8.81 g; Sód: 918.58 mg; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|---|---|--|
| Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Twarożek roślinny 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (<i>GLU</i>), Kotlek szpinakowy 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Makaron na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Dżem niskosłodzony 1szt, Pasztet roślinny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata lodowa z dresingiem 80g, herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g, | | Posiłek nocny: Jogurt kokosowy 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2323.51 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.93 g; Cholesterol: 150.38 mg; Węglowodany ogółem: 371.65 g; Cukry proste: 52.94 g; Sód: 1441.58 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|---|--|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g, | | Posiłek nocny: Kefir 200g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2296.44 kcal; Białko ogółem: 85.21 g; Tłuszcz: 47.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.91 g; Cholesterol: 235.51 mg; Węglowodany ogółem: 378.98 g; Cukry proste: 35.52 g; Sód: 1011.37 mg; Błonnik pokarmowy: 35.25 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|--|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Barszcz czerwony 300ml (GLU, MLE), Kotlek mielony smażony 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 150g, Kasza gryczana 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, Pomarańcza 150g, | Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna ze szczypiorkiem 60g, sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Kefir 200g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2390.47 kcal; Białko ogółem: 86.30 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.03 g; Cholesterol: 267.49 mg; Węglowodany ogółem: 383.06 g; Cukry proste: 42.84 g; Sód: 1295.51 mg; Błonnik pokarmowy: 45.21 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|--|--|---|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Barszcz czerwony 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g, Serek tartare 20g 1Por (MLE), sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g, | Podwieczorek: Maślanka 200g (MLE), | Posiłek nocny: Kefir 200g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia: 2368,59 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Cholesterol: 276.31 mg; Węglowodany ogółem: 318.17 g; Cukry proste: 46.55 g; Sód: 1020.51 mg; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|--|---|
| Platki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Mus z marchwi 80g, sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml, Miód 25g, Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g, | | Posiłek nocny: Kefir 200g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2227.49 kcal; Białko ogółem: 60.17 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.30 g; Cholesterol: 174.04 mg; Węglowodany ogółem: 332.63 g; Cukry proste: 34.85 g; Sód: 1638.77 mg; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|--|--|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 60g, Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g, Serek tartare 20g 1Por (MLE), Jabłko gotowane 150g, herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 200g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Kefir 200g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2230.39 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.30 g; Cholesterol: 260.31 mg; Węglowodany ogółem: 350.73 g; Cukry proste: 46.44 g; Sód: 1014.72 mg; Błonnik pokarmowy: 36.15 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż na łopatkę z warzywami i masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL), | Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Kefir 200g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2056.84 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.13 g; Cholesterol: 217.84 mg; Węglowodany ogółem: 228.27 g; Cukry proste: 7.15 g; Sód: 1054.68 mg; Błonnik pokarmowy: 25.82 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ryż na łopatkę z warzywami i masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL), | Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE), | Podwieczorek: Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (GLU, SEL), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2232.74 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.25g; Cholesterol: 264.48 mg; Węglowodany ogółem: 252.78 g; Cukry proste: 10.47 g; Sód: 1234.46 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

| poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|---|--|--|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Barszcz czerwony 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna ze szczypiorkiem 60g, sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g, | | Posiłek nocny: Kefir 200g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia: 2392.27 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.95 g; Cholesterol: 258.39 mg; Węglowodany ogółem: 362.38 g; Cukry proste: 33.91 g; Sód: 872.42 mg; Błonnik pokarmowy: 32,91g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-22 | | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | | |
|--|--|--|---|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | | Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | | Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml, | |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g, | | | | Posiłek nocny: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | |

Wartości odżywcze: Energia : 2365.99 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 50.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.81 g; Cholesterol: 260.31 mg; Węglowodany ogółem: 388.85 g; Cukry proste: 47.20 g; Sód: 1277.92 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

| poniedziałek 2026-06-22 | | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|--|--|--|--|--|
| Syr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos jarzynowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-warzywna ze szczypiorkiem 60g, sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), | |
| II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g, | | Podwieczorek: Maślanka 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), | |

Wartości odżywcze: Energia : 2214.56 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.27 g; Cholesterol: 256.85 mg; Węglowodany ogółem: 303.47 g; Cukry proste: 9.58 g; Sód: 883.48 mg; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|---|--|---|--|--|--|
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i rzodkiewką 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), | Fasolowa 400ml (GLU, SEL), Roladka z piersi kurczaka faszerowana pieczarkami 90g (GLU, MLE), Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g (SEL, GOR), Kasza gryczana 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Melon 150g, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa 60g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g, herbata z cukrem 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | | | |
| | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ), | | | |

Wartości odżywcze: Energia : 2378.16 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.54 g; Cholesterol: 278.69 mg; Węglowodany ogółem: 366.47 g; Cukry proste: 57.55 g; Sód: 1456.25 mg; Błonnik pokarmowy: 46.47 g;

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|--|--|--|---|---|--|
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Serek wiejski 200g (MLE), | Zacierka na wywarze 300g (GLU), Roladka z piersi kurczaka z warzywami 90g (GLU, SEL), Marchew gotowana oprószana 150g (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa 60g, Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, Herbata z cukrem 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | | | |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | | Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ), | |

Wartości odżywcze: Energia : 2375.44 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.80 g; Cholesterol: 278.59 mg; Węglowodany ogółem: 315.16 g; Cukry proste: 54.90 g; Sód: 1515.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.41 g

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|---|---|--|--|--|
| Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Dżem niskosłodzony 1szt, | Zacierka na wywarze 300g (GLU), Kotlec szpinakowy 90g (GLU, JAJ, RYB), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU), Marchew gotowana oprószana 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Pasta warzywna 60g, herbata z cukrem 250ml, | | | |
| II Śniadanie: Melon 150g, | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ), | | | |

Wartości odżywcze: Energia : 2127.11 kcal; Białko ogółem: 58.41 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.70 g; Cholesterol: 232.88 mg; Węglowodany ogółem: 375.20 g; Cukry proste: 57.88 g; Sód: 1266.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|---|---|--------------------------------------|--|--|
| Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta z łopatką 30g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), | Zacierka na wywarze 300g (GLU), Potrawka drobiowa z piersi 150g (GLU), Marchew gotowana oprószana 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 60g, Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, herbata z cukrem 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | | | |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, | | | |

Wartości odżywcze: Energia : 2371.96 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.21 g; Cholesterol: 253.00 mg; Węglowodany ogółem: 346.36 g; Cukry proste: 55.47 g; Sód: 1490.91 mg; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|--|---|--|--------------------------------------|--|--|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), | | | |
| II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, | | | |

Wartości odżywcze: Energia : 2190.87 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.38 g; Cholesterol: 266.57 mg; Węglowodany ogółem: 237.15 g; Cukry proste: 14.74 g; Sód: 1247.62 mg; Błonnik pokarmowy: 26.14g;

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|--|---|--|--|--|--|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), | | | |
| II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE), | | Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, | |

Wartości odżywcze: Energia : 2370.05 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 28.43 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Cukry proste: 21.88 g; Sód: 1375.85 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

| wtorek 2026-06-23 | | | Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|--|---|---|---------------------------------------|--|--|
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), | Zacierka na wywarze 300g (GLU), Roladka z piersi kurczaka faszerowana pieczarkami 90g (GLU, MLE), Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g (SEL, GOR), Kasza gryczana 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa 60g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g, herbata z cukrem 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | | | |
| II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ), | | | |

Wartości odżywcze: Energia : 2368.85 kcal; Białko ogółem: 83.19 g; Tłuszcz: 55.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.47 g; Cholesterol: 270.89 mg; Węglowodany ogółem: 320.04 g; Cukry proste: 49.79 g; Sód: 1387.13 mg; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-06-23 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|--|--|---|--|
| Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), | Zacierka na wywarze 300g (GLU), Roladka z piersi kurczaka z warzywami 90g (GLU, SEL), Sałata lodowa z dresingiem 150g, Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g, herbata z cukrem 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | |
| II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ), | |

Wartości odżywcze: Energia : 2382.43 kcal; Białko ogółem: 89.46 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.50 g; Cholesterol: 277.59 mg; Węglowodany ogółem: 371.45 g; Cukry proste: 55.98 g; Sód: 1827.44 mg; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

| wtorek 2026-06-23 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|--|--|
| jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zacierka na wywarze 300g (GLU), Roladka z piersi kurczaka faszerowana pieczarkami 90g (GLU, MLE), Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g (SEL, GOR), Kasza gryczana 150g, Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos jarzynowy bez mąki 100g (MLE), | Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g, Herbata bez cukru 250ml, Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | |
| II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml, | | Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | |
| | | Posiłek nocny: Ser żółty light 30g (MLE), Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), | |

Wartości odżywcze: Energia : 2291.34 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 57.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.92 g; Cholesterol: 287.38 mg; Węglowodany ogółem: 310.67 g; Cukry proste: 8.00 g; Sód: 1054.10 mg; Błonnik pokarmowy: 34.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Jarzynowa z fasolką szparagową 400ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Jabłko 150g, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2274.05 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 76.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.71 g; Cholesterol: 244.27 mg; Węglowodany ogółem: 366.26 g; Cukry proste: 48.39 g; Sód: 1045.87 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|---|--|---|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Jarzynowa z fasolką szparagową 400ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2352.05 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.73 g; Cholesterol: 254.27 mg; Węglowodany ogółem: 385.66 g; Cukry proste: 54.69 g; Sód: 1046.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|---|--|---|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Kłopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna z warzywami i jogurtem i koperkiem 60g (<i>MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml, Sałata lodowa z dresingiem 80g, |
| II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g, | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2383.67kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.55 g; Cholesterol: 249.90 mg; Węglowodany ogółem: 358.24 g; Cukry proste: 48.88 g; Sód: 1578.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|--|--|
| Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, Sos pomidorowy na passacie 100ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Pestki dyni 20g, Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Surówka z buraka i rukoli z serem feta 150g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 30g (<i>GLU, GOR</i>), Chleb razowy 25g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2172.65 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.21 g; Cholesterol: 276.77 mg; Węglowodany ogółem: 286.30 g; Cukry proste: 16.60 g; Sód: 1220.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|--|---|---|
| Makaron na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska roślinna 60g (<i>GLU</i>), Twarożek roślinny 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Gołąbek z kaszy jęczmieńnej 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Dżem niskosłodzony 1szt, Pasta z brokuła z ziołami 80g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Jabłko 150g, | | Posiłek nocny: Jogurt migdałowy 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2291.58 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 52.31 g; Cholesterol: 269.50 mg; Węglowodany ogółem: 376.65 g; Cukry proste: 56.78 g; Sód: 1294.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|---|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Kłopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szyunka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z białka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml, Jabłko gotowane 300g, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2192.57 kcal; Białko ogółem: 75.01 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.55 g; Cholesterol: 209.00 mg; Węglowodany ogółem: 354.33 g; Cukry proste: 50.79 g; Sód: 1282.81 mg; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Jarzynowa z fasolką szparagową 400ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Kasza gryczana 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Jabłko 150g, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata z cukrem 250ml, |

Wartości odżywcze: Energia : 2352.05 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.73 g; Cholesterol: 264.27 mg; Węglowodany ogółem: 385.66 g; Cukry proste: 54.69 g; Sód: 1046.87 mg; Błonnik pokarmowy: 43.01 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|---|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna z warzywami z jogurtem i koperkiem 60g (<i>MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml, Sałata lodowa z dresingiem 80g, |
| II Śniadanie: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2389.52 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 85.71 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.08 g; Cholesterol: 165.90 mg; Węglowodany ogółem: 335.70 g; Cukry proste: 58.04 g; Sód: 1291.71 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|--|--|
| Makaron durum na mleku 150ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), mus z jabłka 80g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Miód 50g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Gołąbek z kaszy jęczmiennej 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Ziemniaki 150g, | Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Płatki owsiane na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 30g, Herbata z cukrem 250ml, Sałata lodowa z dresingiem 80g, |
| II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g, | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2319.81 kcal; Białko ogółem: 54.71 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.11 g; Cholesterol: 140.90 mg; Węglowodany ogółem: 355.60 g; Cukry proste: 59.49 g; Sód: 1488.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.04 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|---|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z szynki 60g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), mus z jabłka 80g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z fileta z kurczaka 60g, Pasta jajeczna z warzywami z jogurtem i koperkiem 60g (<i>MLE, SEL</i>), Herbata z cukrem 250ml, Jabłko gotowane 300g, |
| II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g, | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2275.27 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 67.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.55 g; Cholesterol: 249.90 mg; Węglowodany ogółem: 356.04 g; Cukry proste: 48.48 g; Sód: 870.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Warzywa na łopatkę /zmiksowana/ 500g (<i>MLE</i>), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2052.87 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.89 g; Cholesterol: 394.26 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 14.84 g; Sód: 1237.74 mg; Błonnik pokarmowy: 25.73 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Warzywa na łopatkę /zmiksowana/ 500g (<i>MLE</i>), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia 2232.05 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 213.10 mg; Węglowodany ogółem: 297.73 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

| środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|---|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 80g, Herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Jabłko 150g, | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2378.45 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 76.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.68 g; Cholesterol: 254.27 mg; Węglowodany ogółem: 367.69 g; Cukry proste: 54.06 g; Sód: 1044.27 mg; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-06-24 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|---|--|--|
| Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 100g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta jajeczna z warzywami z jogurtem i koperkiem 60g (<i>MLE, SEL</i>), Sałata lodowa z dresingiem 80g, Herbata z cukrem 250ml, |
| II Śniadanie: Jabłko 150g, | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2329.67 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz: 75.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.55 g; Cholesterol: 249.90 mg; Węglowodany ogółem: 360.24 g; Cukry proste: 52.88 g; Sód: 1578.36 mg; Błonnik pokarmowy: 30.10 g;

| środa 2026-06-24 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|---|---|---|
| Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora i cebuli 50g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g, | Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, Sos pomidorowy na passacie 100ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szyńka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Ogórek świeży 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Pestki dyni 20g, Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Surówka z buraka i rukoli z serem feta 150g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 30g (<i>GLU, GOR</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2149.18 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.95 g; Cholesterol: 232.48 mg; Węglowodany ogółem: 237.23 g; Cukry proste: 7.04 g; Sód: 1365.27 mg; Błonnik pokarmowy: 33.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|---|---|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Kurczak gotowany 60g, Twarożek haga 1Por (<i>MLE</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (<i>GLU</i>), Wątroba drobiowa duszona z cebulą 110g (<i>GLU</i>), Trio warzywne gotowane 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, | | |

Wartości odżywcze: Energia : 2289.87 kcal; Białko ogółem: 87.10 g; Tłuszcz: 63.18 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.30 g; Cholesterol: 271.50 mg; Węglowodany ogółem: 305.15 g; Cukry proste: 32.72 g; Sód: 1251.97 mg; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|---|--|---|
| Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g, Twarożek haga 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (<i>GLU</i>), Wątroba drobiowa duszona z cebulą 110g (<i>GLU</i>), Trio warzywne gotowane 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2459.87 kcal; Białko ogółem: 90.95 g; Tłuszcz: 60.20 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.52 g; Cholesterol: 289.50 mg; Węglowodany ogółem: 334.17 g; Cukry proste: 48.34 g; Sód: 1159.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|---|---|--|
| Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 150g (<i>GLU</i>), Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml, Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2163.64 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.93 g; Cholesterol: 271.96 mg; Węglowodany ogółem: 304.85 g; Cukry proste: 38.51 g; Sód: 1864.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|---|--|
| jogurt naturalny 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g, Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (<i>GLU</i>), roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Trio warzywne gotowane 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g, Sos jarzynowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Surówka z kalafiora z papryką 150g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2191.34 kcal; Białko ogółem: 82.62 g; Tłuszcz: 57.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.92 g; Cholesterol: 287.38 mg; Węglowodany ogółem: 310.67 g; Cukry proste: 8.00 g; Sód: 1054.10 mg; Błonnik pokarmowy: 34.00 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|---|---|--|
| Makaron na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Szynka roślinna drobiowa 60g, Twarożek roślinny 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ryżem 300ml, Kottlet szpinakowy 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki 150g, Trio warzywne gotowane 150g (<i>MLE</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml, Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), | Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Paszтет roślinny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Dżem niskosłodzony 1szt, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru na mleku roślinnym 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2257.47 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.71 g; Cholesterol: 133.38 mg; Węglowodany ogółem: 378.44 g; Cukry proste: 59.74 g; Sód: 883.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|---|---|--|
| Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), | Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 150g (<i>GLU</i>), Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2065.23 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 44.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.15 g; Cholesterol: 205.56 mg; Węglowodany ogółem: 332.66 g; Cukry proste: 53.13 g; Sód: 1701.43 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), Kurczak gotowany 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Masło 15g 1szt (MLE), Salatką wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (GLU), Wątroba drobiowa duszona z cebulą 110g (GLU), Trio warzywne gotowane 150g (MLE), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Salatką z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2302.39 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.48 g; Cholesterol: 278.68 mg; Węglowodany ogółem: 332.59 g; Cukry proste: 47.45 g; Sód: 1148.74 mg; Błonnik pokarmowy: 41.89 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|---|---|--|
| Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (MLE), | Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2267.17 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.11 g; Cholesterol: 284.46 mg; Węglowodany ogółem: 301.90 g; Cukry proste: 55.08 g; Sód: 1669.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.91 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|--|--|
| Zacierka na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 60g, 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Kurczak gotowany 30g, Pasta z białka z koperkiem 50g (JAJ, MLE), | Koperkowa z ryżem 300ml, Potrawka z udka ćwiartki 150g (GLU, SEL), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, Dżem niskosłodzony 1szt, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2106.92 kcal; Białko ogółem: 60.87 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.40 g; Cholesterol: 256.50 mg; Węglowodany ogółem: 343.68 g; Cukry proste: 58.41 g; Sód: 1667.67 mg; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|---|--|
| Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | Koperkowa z ryżem 300ml, Potrawka z udka ćwiartki 150g (GLU, SEL), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z łopatką 60g, Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2114.22 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 57.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.93 g; Cholesterol: 271.96 mg; Węglowodany ogółem: 303.85 g; Cukry proste: 37.51 g; Sód: 1796.92 mg; Błonnik pokarmowy: 30.16 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2096.73 kcal; Białko ogółem: 55.85 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.84 g; Cholesterol: 268.96 mg; Węglowodany ogółem: 256.94 g; Cukry proste: 14.74 g; Sód: 956.86 mg; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE), | Podwieczorek: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 299.20 mg; Węglowodany ogółem: 291.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;

| czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|---|--|---|
| Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Salatką wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Trio warzywne gotowane 150g (MLE), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2290.78 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.20 g; Cholesterol: 283.76 mg; Węglowodany ogółem: 336.52 g; Cukry proste: 49.23 g; Sód: 1221.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-06-25 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|---|--|--|
| Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g, Sos jarzynowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2214.22 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.93 g; Cholesterol: 281.96 mg; Węglowodany ogółem: 314.85 g; Cukry proste: 38.51 g; Sód: 1864.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

| czwartek 2026-06-25 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|--|---|--|
| jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g, Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), | Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Trio warzywne gotowane 150g (MLE), Ziemniaki 150g, Sos jarzynowy bez mąki 100g (MLE), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2Por (MLE), Połędwica z pasieki 40g, Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt, | Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), | Posiłek nocny: Masło 10g 1szt (MLE), Chleb razowy 30g (GLU), Twaróg 50g (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2299.57 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.74 g; Cholesterol: 284.74 mg; Węglowodany ogółem: 298.74 g; Cukry proste: 9.36 g; Sód: 938.92 mg; Błonnik pokarmowy: 34.68 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|---|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka lodowa 30g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Pomarańcza 150g, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet z fasoli 60g, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Ser żółty light 20g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2299.57 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.74 g; Cholesterol: 284.74 mg; Węglowodany ogółem: 298.74 g; Cukry proste: 9.36 g; Sód: 938.92 mg; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|---|---|--|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka lodowa 30g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet z fasoli 60g, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Ser żółty light 20g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | Podwieczerek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE), | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2388.60 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 27.08 g; Cholesterol: 290.98 mg; Węglowodany ogółem: 313.77 g; Cukry proste: 54.64 g; Sód: 1820.94 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|---|---|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 1szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2087.65 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 50.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.96 g; Cholesterol: 268.79 mg; Węglowodany ogółem: 329.63 g; Cukry proste: 48.70 g; Sód: 1535.52 mg; Błonnik pokarmowy: 30.61 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|---|--|
| Kefir 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Ogórek świeży 50g, Sałatka lodowa 30g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), surówka z kapusty kiszzonej 150g, ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet z fasoli 60g, Ser żółty light 20g (MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Warzywa gotowane z wody z dresingiem 150g, | Podwieczerek: surówka orientalna 150g, | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2131.94 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 56.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.41 g; Cholesterol: 279.27 mg; Węglowodany ogółem: 326.83 g; Cukry proste: 19.17 g; Sód: 1212.68 mg; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|---|--|--|
| Platki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z tofu 60g (MLE), Szynekowa roślinna wieprzowa 20g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE), Sos pietruszkowy 100g (GLU), Sałatka lodowa 30g, | Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Risotto warzywne 250g (SEL), surówka z kapusty kiszzonej 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Szynekowa roślinna drobiowa 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Herbata bez cukru 250ml, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Jogurt kokosowy 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2322.58 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 92.24 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 34.53 g; Cholesterol: 259.59 mg; Węglowodany ogółem: 340.39 g; Cukry proste: 46.38 g; Sód: 993.97 mg; Błonnik pokarmowy: 30.64 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|--|---|--|
| Platki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 1szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), |
| II Śniadanie: Kefir 200g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia : 2258.46 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 42.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.87 g; Cholesterol: 210.29 mg; Węglowodany ogółem: 380.68 g; Cukry proste: 55.30 g; Sód: 1304.98 mg; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoreszkowa | | |
|---|--|--|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka lodowa 30g, Ogórek świeży 50g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), surówka z kapusty kiszonej 150g, Kasza gryczana 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Pomarańcza 150g, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Paszтет z fasoli 60g, Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 80g, Ser żółty light 20g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2388.32 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.44 g; Cholesterol: 288.27 mg; Węglowodany ogółem: 374.73 g; Cukry proste: 53.75 g; Sód: 1130.58 mg; Błonnik pokarmowy: 41.47 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|---|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Jablko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g 1Por (MLE), | Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE), | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2281.22 kcal; Białko ogółem: 102.49 g; Tłuszcz: 48.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.63 g; Cholesterol: 282.79 mg; Węglowodany ogółem: 327.50 g; Cukry proste: 59.67 g; Sód: 1153.87 mg; Błonnik pokarmowy: 30.09 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|---|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, | Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Kotlet buraczany 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Sos grecki 150g (GLU), | Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta warzywna 60g, Miód 25g, Jablko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2165.83 kcal; Białko ogółem: 57.62 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.04 g; Cholesterol: 192.70 mg; Węglowodany ogółem: 379.64 g; Cukry proste: 60.45 g; Sód: 1141.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta z ćwiartki udka 60g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Pulpet z mintaja gotowany 120g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z łopatki 60g, Ser deliser 1szt (MLE), Jablko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2062.60 kcal; Białko ogółem: 76.50 g; Tłuszcz: 51.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.00 g; Cholesterol: 268.89 mg; Węglowodany ogółem: 317.83 g; Cukry proste: 47.98 g; Sód: 1189.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.05 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|---|--|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Manna na filecie z masłem i warzywami /zmiksowane/ 500ml (GLU, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (GLU, SEL), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2211.86 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 238.75 mg; Węglowodany ogółem: 263.75 g; Cukry proste: 9.85 g; Sód: 1727.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Manna z dorszem, masłem i warzywami /zmiksowane/ 500ml (GLU, RYB, MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Zupa krem z warzyw 400ml (SEL), | Podwieczorek: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (GLU, JAJ, MLE), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 279.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|--|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Salata lodowa z dresingiem 30g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Ogórek świeży 50g, | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 60g (GLU, GOR), Ser żółty light 20g (MLE), Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2204.92 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.91 g; Cholesterol: 378.27 mg; Węglowodany ogółem: 358.76 g; Cukry proste: 46.92 g; Sód: 1067.04 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | | |
|---|---|--|
| Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Salatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa krem z dyni ze śmietaną 400ml (GLU, MLE, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Herbata bez cukru 250ml, Jabłko gotowane 150g, |
| II Śniadanie: Kefir 200g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2124.65 kcal; Białko ogółem: 82.68 g; Tłuszcz: 54.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.85 g; Cholesterol: 270.79 mg; Węglowodany ogółem: 382.43 g; Cukry proste: 56.30 g; Sód: 1588.52 mg; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;

| piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|---|---|--|
| Kefir 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Salata lodowa z dresingiem 30g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Ogórek świeży 50g, | Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki 150g (GLU), ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 60g (GLU, GOR), Ser żółty light 20g (MLE), Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Warzywa gotowane z wody z dresingiem 150g, | Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), |

Wartości odżywcze: Energia : 2184.36 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 45.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.41 g; Cholesterol: 286.74 mg; Węglowodany ogółem: 303.78 g; Cukry proste: 22.85 g; Sód: 1184.47 mg; Błonnik pokarmowy: 34.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|---|---|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa z ciecierzycy 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, banan 1szt, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 20g, Ser żółty light 60g (MLE), Sałatka Caprese 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2329.49 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.10 g; Cholesterol: 238.58 mg; Węglowodany ogółem: 320.82 g; Cukry proste: 43.33 g; Sód: 1661.97 mg; Błonnik pokarmowy: 35.29 g

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|---|---|--|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa z ciecierzycy 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 20g, Sałatka Caprese 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, Ser żółty light 60g (MLE), |
| II Śniadanie: Fasolka szparagowa z masłem 150g, | Podwieczerek: sok pomidorowy 200ml, Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU), | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2505.06 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 30.50 g; Cholesterol: 257.18 mg; Węglowodany ogółem: 345.89 g; Cukry proste: 38.98 g; Sód: 1761.65 mg; Błonnik pokarmowy: 36.95 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|---|--|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Połędwica z pasieki 60g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, Sos koperkowy 100ml (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Serek wiejski 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2297.94 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.34 g; Cholesterol: 238.68 mg; Węglowodany ogółem: 351.86 g; Cukry proste: 58.18 g; Sód: 1783.76 mg; Błonnik pokarmowy: 31.44 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|--|---|
| Serek wiejski 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Połędwica z pasieki 60g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa z ciecierzycy 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml, Sos koperkowy 100ml (GLU), | Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 20g, Sałatka Caprese 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, Ser żółty light 60g (MLE), |
| II Śniadanie: Fasolka szparagowa z masłem 150g, | Podwieczerek: sok pomidorowy 200ml, Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 30g, |

Wartości odżywcze: Energia : 2366.93 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.01 g; Cholesterol: 269.78 mg; Węglowodany ogółem: 314.77 g; Cukry proste: 14.08 g; Sód: 1607.73 mg; Błonnik pokarmowy: 34.90 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|--|---|---|
| Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Ser roślinny 40g (MLE), Kielbasa krakowska roślinna 40g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Grochowa 400ml (GLU), Kotlet buraczany 90g (GLU, JAJ, RYB), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, ziemniaki 150g, | Makaron na mleku roślinnym 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta warzywna 60g, Dżem niskosłodzony 1szt, Sałatka Caprese 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt migdałowy 100g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2205.51 kcal; Białko ogółem: 84.54 g; Tłuszcz: 50.72 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.92 g; Cholesterol: 246.60 mg; Węglowodany ogółem: 375.03 g; Cukry proste: 58.33 g; Sód: 1159.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|--|---|--|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Połędwica z pasieki 60g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, Sos koperkowy 100ml (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2140.29 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 26.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.42 g; Cholesterol: 153.12 mg; Węglowodany ogółem: 327.63 g; Cukry proste: 50.41 g; Sód: 1225.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Zupa z ciecierzycy 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, banan 1szt, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 20g, Ser żółty light 60g (MLE), Sałatka Caprese 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2374.28 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.66 g; Cholesterol: 255.38 mg; Węglowodany ogółem: 351.54 g; Cukry proste: 56.49 g; Sód: 1780.76 mg; Błonnik pokarmowy: 45.81 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|--|---|--|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Polędwica z pasieki 60g, Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, Sos koperkowy 100ml (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | Podwieczorek: Biskopki 30g (GLU, JAJ), mleko got. 200ml (MLE), | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2379.71 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 75.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.67 g; Cholesterol: 278.98 mg; Węglowodany ogółem: 316.71 g; Cukry proste: 53.53 g; Sód: 1645.89 mg; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|--|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Polędwica z pasieki 60g, | Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, | Makaron durum na mleku 150ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), Dżem 1szt, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Biskopki 30g (GLU, JAJ), | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2164.91 kcal; Białko ogółem: 59.76 g; Tłuszcz: 49.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.38 g; Cholesterol: 265.98 mg; Węglowodany ogółem: 332.66 g; Cukry proste: 46.71 g; Sód: 1582.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.32 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|--|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Pasta z szynki 60g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g, Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny_100g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2208.07 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 62.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.69 g; Cholesterol: 233.71 mg; Węglowodany ogółem: 314.03 g; Cukry proste: 57.64 g; Sód: 1289.12 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Warzywa na łopacie /zmiksowana/ 500g (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2086.38 kcal; Białko ogółem: 64.97 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.76 g; Cholesterol: 347.58 mg; Węglowodany ogółem: 205.27 g; Cukry proste: 21.57 g; Sód: 965.47 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Warzywa na łopacie /zmiksowana/ 500g (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200g (MLE), | Podwieczorek: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2247.65 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g; Cholesterol: 215.10 mg; Węglowodany ogółem: 235.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 29.24 g;

| sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|--|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml, | Makaron durum na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 20g, Ser żółty light 60g (MLE), Sałatka Caprese 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por, |

Wartości odżywcze: Energia : 2382.23 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 69.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.74 g; Cholesterol: 250.98 mg; Węglowodany ogółem: 337.29 g; Cukry proste: 50.66 g; Sód: 1498.56 mg; Błonnik pokarmowy: 35.10 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-06-27 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|--|---|--|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Jabłko gotowane 150g, Herbata bez cukru 250ml , |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por , |

Wartości odżywcze: Energia : 2367.74 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.39 g; Cholesterol: 250.98 mg; Węglowodany ogółem: 351.62 g; Cukry proste: 53.39 g; Sód: 1812.36 mg; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

| sobota 2026-06-27 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|---|--|---|
| Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 20g , Sałatka Caprese 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Ser żółty light 60g (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (<i>GLU</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , |

Wartości odżywcze: Energia : 2266.93 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.01 g; Cholesterol: 269.78 mg; Węglowodany ogółem: 314.77 g; Cukry proste: 14.08 g; Sód: 1607.73 mg; Błonnik pokarmowy: 34.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|--|--|---|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczorek | Kolacja Posiłek nocny |
| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kurczak gotowany 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Ćwikła z chrzanem 80g, | Krupnik jaglany 300ml (<i>MLE</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, Melon 150g, | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2363.50 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.55 g; Cholesterol: 267.87 mg; Węglowodany ogółem: 324.27 g; Cukry proste: 34.79 g; Sód: 1370.03 mg; Błonnik pokarmowy: 32.68 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|--|--|---|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kurczak gotowany 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Ćwikła z chrzanem 80g, | Krupnik jaglany 300ml (<i>MLE</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Trio warzyw gotowanych ze słonecznikiem 120g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>), | Podwieczorek: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2432.50 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.55 g; Cholesterol: 267.87 mg; Węglowodany ogółem: 327.27 g; Cukry proste: 34.79 g; Sód: 1370.03 mg; Błonnik pokarmowy: 33.47 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|---|---|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kurczak gotowany 20g, Salata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Krupnik jaglany 300ml (<i>MLE</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana gęsta 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (<i>RYB, MLE, SEL</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Melon 150g, | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2227.63 kcal; Białko ogółem: 87.35 g; Tłuszcz: 46.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.92 g; Cholesterol: 269.14 mg; Węglowodany ogółem: 326.39 g; Cukry proste: 39.24 g; Sód: 1549.84 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|---|---|
| Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kurczak gotowany 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Ćwikła z chrzanem 80g, | Krupnik jaglany bez śmietany 300ml, Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek bez cukru 250ml, Sos jarzynowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Trio warzyw gotowanych ze słonecznikiem 120g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>), | Podwieczorek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztecik drobiowy 30g (<i>GLU, GOR</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2287.04 kcal; Białko ogółem: 92.33 g; Tłuszcz: 74.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.95 g; Cholesterol: 299.57 mg; Węglowodany ogółem: 314.34 g; Cukry proste: 9.24 g; Sód: 1379.10 mg; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|---|--|---|
| Manna na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Szynka roślinna wieprzowa 60g, Twarożek roślinny 20g 1Por (<i>MLE</i>), Ćwikła z chrzanem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Krupnik jaglany bez śmietany 300ml, Kopytka ziemniaczane 250g, Jarzynka gotowana gęsta 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Ser roślinny 20g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Melon 150g, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2119.24 kcal; Białko ogółem: 85.58 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.91 g; Cholesterol: 264.09 mg; Węglowodany ogółem: 303.63 g; Cukry proste: 56.34 g; Sód: 1056.34 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Kurczak gotowany 20g, Salata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Krupnik jaglany bez śmietany 300ml, Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana gęsta 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (<i>RYB, MLE, SEL</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2212.48 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 41.14 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.13 g; Cholesterol: 197.34 mg; Węglowodany ogółem: 321.74 g; Cukry proste: 41.71 g; Sód: 1234.29 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|---|--|--|
|---|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|--|--|---|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kurczak gotowany 20g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Cwikła z chrzanem 80g, | Krupnik jaglany 300ml (MLE), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana gęsta 150g (GLU), Kasza gryczana 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, Melon 150g, | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2361.35 kcal; Białko ogółem: 85.16 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.56 g; Cholesterol: 267.87 mg; Węglowodany ogółem: 328.89 g; Cukry proste: 38.26 g; Sód: 1370.38 mg; Błonnik pokarmowy: 43.03 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|--|---|---|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kurczak gotowany 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Krupnik jaglany 300ml (MLE), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana gęsta 150g (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (RYB, MLE, SEL), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE), | Podwieczorek: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2363.44 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.73 g; Cholesterol: 631.07 mg; Węglowodany ogółem: 310.86 g; Cukry proste: 35.91 g; Sód: 1319.85 mg; Błonnik pokarmowy: 32.90 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|---|---|
| Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Miód 25g, | Krupnik jaglany bez śmietany 300ml, Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), Sos z truskawek 100ml, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta warzywna 60g, Dżem 1szt, Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2188.15 kcal; Białko ogółem: 58.74 g; Tłuszcz: 45.99 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.50 g; Cholesterol: 248.51 mg; Węglowodany ogółem: 373.37 g; Cukry proste: 57.52 g; Sód: 1262.25 mg; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|---|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Pasta z łopatki 60g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Krupnik jaglany bez śmietany 300ml, Klopsik ze schabu gotowany 90g (GLU, JAJ), Jarzynka gotowana gęsta 150g (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ćwiartki udka 60g, Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (RYB, MLE, SEL), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2173.15 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.79 g; Cholesterol: 266.47 mg; Węglowodany ogółem: 330.79 g; Cukry proste: 41.16 g; Sód: 1285.96 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE), | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2093.75 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.36 g; Cholesterol: 238.25 mg; Węglowodany ogółem: 229.27 g; Cukry proste: 10.75 g; Sód: 1264.58 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE), | Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (MLE), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE), |
| II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE), | Podwieczorek: Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (GLU, SEL), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2276.64 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.62 g; Cholesterol: 247.00 mg; Węglowodany ogółem: 256.14 g; Cukry proste: 15.10 g; Sód: 1461.74 mg; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;

| niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|---|---|--|
| Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kurczak gotowany 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), | Krupnik jaglany 300ml (MLE), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (RYB, MLE, SEL), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE), | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), |

Wartości odżywcze: Energia : 2315.64 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.93 g; Cholesterol: 289.37 mg; Węglowodany ogółem: 328.01 g; Cukry proste: 25.54 g; Sód: 1152.39 mg; Błonnik pokarmowy: 34.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-06-28 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|--|---|---|
| Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kurczak gotowany 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Krupnik jaglany 300ml (<i>MLE</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek z cukrem 250ml, | Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (<i>RYB, MLE, SEL</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Budyń waniliowy 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | | Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2367.74 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 67.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.39 g; Cholesterol: 250.98 mg; Węglowodany ogółem: 351.62 g; Cukry proste: 53.39 g; Sód: 1812.36 mg; Błonnik pokarmowy: 32.86 g;

| niedziela 2026-06-28 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|---|--|--|
| Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kurczak gotowany 20g, Sałata lodowa z dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Krupnik jaglany bez śmietany 300ml, Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z gruszek bez cukru 250ml, Sos jarzynowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g (<i>RYB, MLE, SEL</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 30g (<i>GLU, GOR</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2266.93 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.01 g; Cholesterol: 269.78 mg; Węglowodany ogółem: 314.77 g; Cukry proste: 14.08 g; Sód: 1607.73 mg; Błonnik pokarmowy: 34.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital | | |
|--|--|--|
| Śniadanie II Śniadanie | Obiad Podwieczerek | Kolacja Posiłek nocny |
| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa | | |
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka pieczone z pieca 150g, surówka orientalna 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, arbuź 150g, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z groszkiem i jajkiem 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2375.53 kcal; Białko ogółem: 95.35 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.21 g; Cholesterol: 264.74 mg; Węglowodany ogółem: 302.90 g; Cukry proste: 31.97 g; Sód: 1530.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.90 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona | | |
|--|--|--|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka pieczone z pieca 150g, surówka orientalna 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z groszkiem i jajkiem 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczerek: Kisiel z owocami leśnymi 200g, | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2491.53 kcal; Białko ogółem: 101.20 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Cholesterol: 269.24 mg; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 65.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.92 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna | | |
|--|--|---|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka duszone bez skóry z pieca 150g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z jajkiem z warzywami 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Cholesterol: 263.65 mg; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | | |
|--|---|---|
| Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka duszone bez skóry z pieca 150g, surówka orientalna 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z groszkiem i jajkiem 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Podwieczerek: Surówka z buraka z mixem sałat i serem feta 150g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2306.35 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 59.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.17 g; Cholesterol: 298.59 mg; Węglowodany ogółem: 266.41 g; Cukry proste: 12.96 g; Sód: 1740.68 mg; Błonnik pokarmowy: 34.52 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska | | |
|--|---|--|
| Ryż na mleku roślinnym 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta paprykowo-pomidorowa 60g, Szynekowa roślinna drobiowa 20g, Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół warzywny z makaronem nitki 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kottlet z fasoli 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), surówka orientalna 150g, Ziemniaki 150g, kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 298ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasztecik roślinny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Twarożek roślinny 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: arbuź 150g, | | Posiłek nocny: Jogurt migdałowy 100g 1Por (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2165.48 kcal; Białko ogółem: 80.50 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.00 g; Cholesterol: 252.70 mg; Węglowodany ogółem: 361.42 g; Cukry proste: 55.22 g; Sód: 846.98 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa | | |
|--|---|---|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół niskotłuszczowy z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka duszone bez skóry z pieca 150g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z jajkiem z warzywami 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2202.10 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 36.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.24 g; Cholesterol: 235.49 mg; Węglowodany ogółem: 333.23 g; Cukry proste: 54.46 g; Sód: 1317.37 mg; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | | |
|--|--|--|
|--|--|--|

Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|--|---|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem z koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka pieczone z pieca 150g, surówka orientalna 150g, Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, arbus 150g, | Płatki jęczmiennie na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z groszkiem i jajkiem 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml, |
| | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2361.61 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz: 52.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.72 g; Cholesterol: 269.24 mg; Węglowodany ogółem: 372.18 g; Cukry proste: 57.54 g; Sód: 1621.78 mg; Błonnik pokarmowy: 42.92 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | | |
|--|--|--|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka duszone bez skóry z pieca 150g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmiennie na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z jajkiem z warzywami 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g, | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2374.35 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.08 g; Cholesterol: 672.76 mg; Węglowodany ogółem: 328.15 g; Cukry proste: 56.80 g; Sód: 1659.00 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | | |
|--|--|---|
| Ryż na mleku 150ml (<i>MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 40g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka duszone bez skóry z pieca 150g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmiennie na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, Pasta warzywna 60g, Miód 1szt, |
| II Śniadanie: Kisiel z owocami leśnymi 200g, | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2278.47 kcal; Białko ogółem: 59.38 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.01 g; Cholesterol: 175.57 mg; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Cukry proste: 59.43 g; Sód: 1197.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | | |
|--|--|---|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta ze schabu 50g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z udka ćwiartki 150g (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmiennie na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z jajkiem z warzywami 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), Pasta z ćwiartki udka 60g, Sałatka z selera 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2241.66 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.01 g; Cholesterol: 267.07 mg; Węglowodany ogółem: 328.12 g; Cukry proste: 56.99 g; Sód: 1566.75 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | | |
|---|--|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Rosół na szynce /zmiksowany/ 500ml (<i>GLU</i>), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2072.85 kcal; Białko ogółem: 59.26 g; Tłuszcz: 64.78 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.25 g; Cholesterol: 265.57 mg; Węglowodany ogółem: 247.74 g; Cukry proste: 18.26 g; Sód: 875.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.97 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), | Rosół na filecie z piersi /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU, SEL</i>), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>), |
| II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Manna na wywarze z łopatką /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU, SEL</i>), | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2202.85 kcal; Białko ogółem: 72.30 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.00 g; Cholesterol: 295.60 mg; Węglowodany ogółem: 275.80 g; Cukry proste: 29.10 g; Sód: 1049.25 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

| poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | | |
|--|---|--|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udka duszone bez skóry z pieca 150g, surówka orientalna 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmiennie na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretki drobiowa z groszkiem i jajkiem 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2381.84 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 51.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.00 g; Cholesterol: 265.46 mg; Węglowodany ogółem: 313.10 g; Cukry proste: 47.96 g; Sód: 1566.15 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-06-29 | | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna |
|--|--|---|
| Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g, Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, | Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretką drobiowa z jajkiem z warzywami 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>), | | Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |

Wartości odżywcze: Energia : 2250.89 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 45.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.79 g; Cholesterol:263.65 mg; Węglowodany ogółem: 328.71 g; Cukry proste: 57.66 g; Sód: 1957.83 mg; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

| poniedziałek 2026-06-29 | | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów |
|--|---|--|
| Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g, surówka orientalna 150g, Ziemniaki 150g, Sos koperkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml, | Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), galaretką drobiowa z groszkiem i jajkiem 80g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Szynek delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml, |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), | Podwieczorek: Surówka z buraka z mixem sałat i serem feta 150g (<i>MLE</i>), | Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), |

Wartości odżywcze: Energia : 2260.22 kcal; Białko ogółem: 89.21 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.82 g; Cholesterol:252.49 mg; Węglowodany ogółem: 252.98 g; Cukry proste: 15.55 g; Sód: 1530.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.85 g;