

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-20 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>), Szynkowa 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>),	Fasolowa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , arbuz 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka 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 2026-07-20 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>), Szynkowa 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>),	Fasolowa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko 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>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka 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>),	Podwieczorek: 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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa 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 maki 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 bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		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 2026-07-20 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>), Szynkowa 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>),	Fasolowa 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy bez maki 100g (<i>MLE</i>), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka 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>),	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 : 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 2026-07-20 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 , Szynka 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>), Kotleć 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>), Paszтет roślinny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pasta z tofu 60g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa 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>), 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 pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka 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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z marchwią i jogurtem z koperkiem 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Fasolowa 300ml (GLU, SEL), Udko pieczone z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , arbuż 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty light 40g (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Sałatka z pomidora z koperkiem i słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), 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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),	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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2Por (MLE), Poledwica z pasieki 40g , Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), 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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 50g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Potrawka z udką ćwiartki 150g (GLU, SEL), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Pasta z ćwiartki udką 60g , Sałatka z selera 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),		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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Rosół na szynce /zmiksowany/ 500ml (GLU),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (MLE),		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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Rosół na filecie z piersi /zmiksowane/ 500ml (GLU, SEL),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Manna na wywarze z łopatką /zmiksowane/ 500ml (GLU, SEL),	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 2026-07-20 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty light 40g (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuż 150g ,		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 2026-07-20		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),		Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		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 2026-07-20		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Kefir 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),		Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g (MLE), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Podwieczorek: Surówka z buraka z mixem sałat i serem feta 150g (MLE),
		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), chleb mieszany 30g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina 300ml (GLU, MLE, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (GOR),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2290.72 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 64.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.83 g;
Cholesterol: 280.69 mg; Węglowodany ogółem: 314.36 g; Cukry proste: 36.16 g; Sód: 1373.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina 300ml (GLU, MLE, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (GOR),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Surówka z kalafiora z papryką 150g (MLE),	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2604.97 kcal; Białko ogółem: 103.55 g; Tłuszcz: 71.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.93 g;
Cholesterol: 288.13 mg; Węglowodany ogółem: 344.37 g; Cukry proste: 37.43 g; Sód: 1385.80 mg; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtownowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina 300ml (GLU, MLE, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Kompot z gruszek z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtownowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), salata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2258.84 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.75 g;
Cholesterol: 268.59 mg; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Cukry proste: 38.37 g; Sód: 1849.23 mg; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (GOR), Sos jarzynowy bez mąki 100g (MLE),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Surówka z kalafiora z papryką 150g (MLE),	Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),

Wartości odżywcze: Energia : 2146.27 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.85 g;
Cholesterol: 265.73 mg; Węglowodany ogółem: 288.06 g; Cukry proste: 9.79 g; Sód: 1761.12 mg; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z awokado z ziołami 60g (MLE), Szynekowa roślinna wieprzowa 20g , Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), Sos z truskawek 100ml , Kompot z gruszek bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z bobu 60g (JAJ), Dżem niskosłodzony 1szt , Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2202.91 kcal; Białko ogółem: 78.50 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;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
chleb pszenny 100g (GLU), Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Masło 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Kompot z gruszek z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), salata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2368.01 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.65 g;
Cholesterol: 221.79 mg; Węglowodany ogółem: 373.94 g; Cukry proste: 46.46 g; Sód: 1723.00 mg; Błonnik pokarmowy: 32.62 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Masło 15 g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina 300ml (GLU, MLE, SEL), Filet drobiowy smażony , 90g (GLU, JAJ), Kasza gryczana 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Jogurt naturalny_100g 1Por (MLE), Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (GOR),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (GLU), Masło 15 g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2394.22 kcal; Białko ogółem: 97.48 g; Tłuszcz: 46.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.63 g;
Cholesterol:286.69 mg; Węglowodany ogółem: 337.56 g; Cukry proste: 36.34 g; Sód: 1425.93 mg; Błonnik pokarmowy: 43.91 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Poledwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina 300ml (GLU, MLE, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Kompot z gruszek z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), salata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Podwieczorek: Bulka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2395.80 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 60.74 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;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Dżem niskosłodzony 1szt ,	Zapiekanka z kaszy i warzyw 250g (GLU, SEL), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Botwina bez śmietany 300ml (GLU, SEL),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szyunkowa dębowa drobiowa 20g , salata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE),
II Śniadanie: Bulka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2355.17 kcal; Białko ogółem: 57.80 g; Tłuszcz: 72.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g;
Cholesterol:237.30 mg; Węglowodany ogółem: 386.19 g; Cukry proste: 58.68 g; Sód: 1184.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Pasta z ćwiartki udka 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Potrawka drobiowa z piersi 150g (GLU), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z łopatką 50g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), mus z dyni z cynamonem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2227.54 kcal; Białko ogółem: 95.88 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.85 g;
Cholesterol:237.50 mg; Węglowodany ogółem: 348.96 g; Cukry proste: 39.00 g; Sód: 1565.16 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

wtorek 2026-07-21 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 dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL),
II Śniadanie: Zupa krem z warzyw 400ml (SEL),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2126.85 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 63.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.36 g;
Cholesterol: 247.85 mg; Węglowodany ogółem: 253.68 g; Cukry proste: 14.78 g; Sód: 1264.74 mg; Błonnik pokarmowy: 25.84 g;

wtorek 2026-07-21 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 dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL),
II Śniadanie: Zupa krem z warzyw 400ml (SEL),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2375.56 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g;
Cholesterol:284.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.30 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.36 mg; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

wtorek 2026-07-21 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Botwina 300ml (GLU, MLE, SEL), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (GOR), Kompot z gruszek z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2381.87 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 45.51 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.42 g;
Cholesterol:282.39 mg; Węglowodany ogółem: 338.53 g; Cukry proste: 36.83 g; Sód: 1178.77 mg; Błonnik pokarmowy: 34.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-21			Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),		Botwina 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z gruszek z cukrem 250ml ,		Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), salata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),				Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2326.84 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 49.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.75 g;
Cholesterol:298.59 mg; Węglowodany ogółem: 357.82 g; Cukry proste: 38.37 g; Sód: 1849.23 mg; Błonnik pokarmowy: 35.02 g;

wtorek 2026-07-21			Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (<i>MLE</i>), Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 20g ,		Botwina bez śmietany 300ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (<i>GOR</i>), 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>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU</i> , <i>ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2275.56 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 55.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.75 g;
Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 262.30 g; Cukry proste: 12.28 g; Sód: 1598.36 mg; Błonnik pokarmowy: 34.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Ser żółty light 60g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ogórkowa 300ml (GLU, MLE), Kotlet mielony smażony 90g (GLU, JAJ), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml , Melon 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2298.68 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.40 g; Cholesterol: 272.42 mg; Węglowodany ogółem: 312.63 g; Cukry proste: 42.94 g; Sód: 1502.95 mg; Błonnik pokarmowy: 34.09 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Ser żółty light 60g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ogórkowa 300ml (GLU, MLE), Kotlet mielony smażony 90g (GLU, JAJ), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Melon 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny_100g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2436.85 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 65.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.37 g; Cholesterol: 266.42 mg; Węglowodany ogółem: 322.21 g; Cukry proste: 43.08 g; Sód: 1465.85 mg; Błonnik pokarmowy: 35.32 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2153.09 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Cholesterol: 216.76 mg; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 150g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Ser żółty light 60g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (MLE), Sos pomidorowy na passacie 100ml , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Pestki dyni 20g , Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Brokuł gotowany z masłem 150g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2205.75 kcal; Białko ogółem: 89.53 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.85 g; Cholesterol: 283.42 mg; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Cukry proste: 18.55 g; Sód: 1395.70 mg; Błonnik pokarmowy: 35.67 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Kielbasa krakowska roślinna 40g (GLU), Ser roślinny 40g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ogórkowa bez śmietany 400ml (GLU, MLE), Kotlet sojowy 100g , Mix warzyw gotowanych 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z tofu 60g (MLE), Szynka roślinna drobiowa 20g , Salátka z buraczków i jabłka 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2310.05 kcal; Białko ogółem: 81.07 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

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2189.79 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 40.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.40 g; Cholesterol: 194.66 mg; Węglowodany ogółem: 318.12 g; Cukry proste: 57.10 g; Sód: 1715.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Ser żółty light 60g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ogórkowa 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml , Melon 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2369.78 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 49.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.02 g; Cholesterol: 279.02 mg; Węglowodany ogółem: 327.47 g; Cukry proste: 52.81 g; Sód: 1545.05 mg; Błonnik pokarmowy: 44.18 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2371.24 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.73 g; Cholesterol: 253.72 mg; Węglowodany ogółem: 325.47 g; Cukry proste: 55.30 g; Sód: 1661.90 mg; Błonnik pokarmowy: 33.12 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 40g (MLE), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 100ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Dżem 1szt , Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g , Hummus 60g ,
II Śniadanie: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2323.51 kcal; Białko ogółem: 53.93 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;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml , Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2159.37 kcal; Białko ogółem: 80.91 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.63 g; Cholesterol: 216.72 mg; Węglowodany ogółem: 312.34 g; Cukry proste: 56.19 g; Sód: 1929.89 mg; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

środa 2026-07-22 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 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 : 2138.05 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.55 g; Cholesterol: 317.70 mg; Węglowodany ogółem: 219.38 g; Cukry proste: 12.13 g; Sód: 1031.30 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

środa 2026-07-22 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 masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2342.05 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.90 g; Cholesterol: 243.10 mg; Węglowodany ogółem: 271.43 g; Cukry proste: 18.61 g; Sód: 1310.60 mg; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

środa 2026-07-22 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Ser żółty light 60g (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Kotlekt mielony smażony 90g (GLU, JAJ), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2236.81 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 49.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.69 g; Cholesterol: 264.06 mg; Węglowodany ogółem: 310.13 g; Cukry proste: 44.61 g; Sód: 1530.18 mg; Błonnik pokarmowy: 33.00 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-22		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki 250ml , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2153.09 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 47.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.70 g; Cholesterol: 216.76 mg; Węglowodany ogółem: 313.01 g; Cukry proste: 56.82 g; Sód: 1896.93 mg; Błonnik pokarmowy: 34.07 g;

środa 2026-07-22		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Kefir 150g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 60g (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomidorowy na passacie 100ml , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z buraczków i jabłka 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<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 : 2261.21 kcal; Białko ogółem: 64.08 g; Tłuszcz: 45.19 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.41 g; Cholesterol: 229.68 mg; Węglowodany ogółem: 256.34 g; Cukry proste: 19.83 g; Sód: 1170.54 mg; Błonnik pokarmowy: 35.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Połędwica sopocka 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka faszerowana pieczarkami 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Jabłko 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek Haga 40g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2161.21 kcal; Białko ogółem: 64.08 g; Tłuszcz: 45.19 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.41 g; Cholesterol: 229.68 mg; Węglowodany ogółem: 256.34 g; Cukry proste: 19.83 g; Sód: 1170.54 mg; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka faszerowana pieczarkami 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek Haga 40g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2329.19 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 56.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.65 g; Cholesterol: 217.87 mg; Węglowodany ogółem: 336.30 g; Cukry proste: 49.41 g; Sód: 1045.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g (MLE),
II Śniadanie: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2210.05 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.44 g; Cholesterol: 217.01 mg; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Cukry proste: 38.60 g; Sód: 1825.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka faszerowana pieczarkami 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (MLE), Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek Haga 40g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka Caprese 100g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), Pestki dyni 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser żółty light 30g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2181.80 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.99 g; Cholesterol: 259.76 mg; Węglowodany ogółem: 267.44 g; Cukry proste: 15.72 g; Sód: 1579.55 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Makaron na mleku roślinnym 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR, MLE), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU), Kotlet szpinakowy 90g (GLU, JAJ, RYB), Fasolka szparagowa 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Dżem niskosłodzony 1szt , Paszтет roślinny 60g (GLU, GOR), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2227.49 kcal; Białko ogółem: 80.17 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;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 20g (GLU), Pasta z białka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g (MLE),
II Śniadanie: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2161.14 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.19 g; Cholesterol: 208.61 mg; Węglowodany ogółem: 348.61 g; Cukry proste: 53.42 g; Sód: 1221.98 mg; Błonnik pokarmowy: 31.12 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salátka wiosenna 80g , Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Kapuśniak z młodej kapusty 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Jabłko 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek Haga 40g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2289.19 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 28.45 g; Cholesterol: 239.83 mg; Węglowodany ogółem: 344.50 g; Cukry proste: 49.41 g; Sód: 1092.54 mg; Błonnik pokarmowy: 43.53 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Salátka lodowa z dresingiem 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Salátka z selera i marchwi z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2301.10 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 48.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.41 g; Cholesterol: 247.01 mg; Węglowodany ogółem: 305.97 g; Cukry proste: 37.33 g; Sód: 1434.54 mg; Błonnik pokarmowy: 33.17 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Zacierka na mleku 150ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem 2szt , Pasta z białka z koperkiem 50g (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Salátka lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 20g (<i>GLU</i>),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik ze schabu gotowany 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 150g , Salátka z selera i marchwi z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa delikatkowa z fileta 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Miód 2szt ,
II Śniadanie: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2269.99 kcal; Białko ogółem: 58.28 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.32 g; Cholesterol: 148.10 mg; Węglowodany ogółem: 391.51 g; Cukry proste: 58.27 g; Sód: 1107.50 mg; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Dżem niskosłodzony 1szt , Pasta z szynki 50g , Salátka lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik ze schabu gotowany 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Ziemniaki 150g , Salátka z selera i marchwi z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ćwiartki udka 60g , Mus z dyni 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny_100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2172.07 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 46.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.33 g; Cholesterol: 210.36 mg; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Cukry proste: 39.80 g; Sód: 1354.93 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Zupa krem z warzyw 400ml (<i>SEL</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2037.28 kcal; Białko ogółem: 54.64 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.27 g; Cholesterol: 225.74 mg; Węglowodany ogółem: 221.64 g; Cukry proste: 12.36 g; Sód: 1085.46 mg; Błonnik pokarmowy: 25.67 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Zupa krem z warzyw 400ml (<i>SEL</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2184.25 kcal; Białko ogółem: 70.30 g; Tłuszcz: 77.02 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 289.20 mg; Węglowodany ogółem: 251.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1307.90 mg; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;

czwartek 2026-07-23 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Salátka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Salátka z selera z natką pietruszki 150g , Sos pietruszkowy 100g (<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 40g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Salátka Caprese 150g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2292.17 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz: 46.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.38 g; Cholesterol: 249.21 mg; Węglowodany ogółem: 328.55 g; Cukry proste: 46.95 g; Sód: 966.71 mg; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-07-23		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z selera z natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2210.05 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 49.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.44 g; Cholesterol: 247.01 mg; Węglowodany ogółem: 319.91 g; Cukry proste: 38.60 g; Sód: 1825.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

czwartek 2026-07-23		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>), Połędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Sałatka z selera z natką pietruszki 150g ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek Haga 40g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka Caprese 100g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>), Pestki dyni 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty light 30g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2313.46 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.24 g; Cholesterol:218.71 mg; Węglowodany ogółem: 243.55 g; Cukry proste: 16.45 g; Sód: 1384.26 mg; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , arbuz 150g , Surówka z kapusty czerwonej 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 60g (GLU, GOR), Ser żółty light 20g (MLE), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2351.69 kcal; Białko ogółem: 99.62 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.86 g; Cholesterol: 251.06 mg; Węglowodany ogółem: 302.69 g; Cukry proste: 45.85 g; Sód: 1964.72 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Chleb mieszany 30g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Surówka z kapusty czerwonej 150g ,	Chleb mieszany 100g (GLU), Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 60g (GLU, GOR), Ser żółty light 20g (MLE), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Brokuł gotowany z masłem 150g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2459.99 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 284.56 mg; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 1965.62 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), sos grecki 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2223.13 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.63 g; Cholesterol: 230.16 mg; Węglowodany ogółem: 355.87 g; Cukry proste: 49.56 g; Sód: 1380.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.77 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek wiejski 1 Por 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (GLU, JAJ), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Ser żółty light 20g (MLE), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Brokuł gotowany z masłem 150g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Polędwica sopocka 30g (GLU), Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2218.76 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.71 g; Cholesterol: 230.48 mg; Węglowodany ogółem: 294.78 g; Cukry proste: 17.69 g; Sód: 1587.32 mg; Błonnik pokarmowy: 33.66 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z tofu 60g (MLE), Szynka roślinna drobiowa 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (GLU, JAJ), Kotlet buraczany 90g (GLU, JAJ, RYB), Surówka z selera, pora i ogórka kiszzonego 150g (SEL, GOR), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g , Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Szynka roślinna wieprzowa 20g ,
II Śniadanie: Jogurt kokosowy 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2127.11 kcal; Białko ogółem: 83.41 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;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (GLU, JAJ), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), sos grecki 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2082.53 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 39.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.75 g; Cholesterol: 187.96 mg; Węglowodany ogółem: 313.21 g; Cukry proste: 46.50 g; Sód: 934.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.53 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), Kasza gryczana 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , arbuz 150g , Surówka z kapusty czerwonej 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 60g (GLU, GOR), Ser żółty light 20g (MLE), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2359.99 kcal; Białko ogółem: 97.51 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.97 g; Cholesterol: 251.06 mg; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Cukry proste: 47.17 g; Sód: 1965.62 mg; Błonnik pokarmowy: 42.45 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), sos grecki 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Cukinia gotowana z koncentratem 80g ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2315.49 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 50.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.43 g; Cholesterol: 233.36 mg; Węglowodany ogółem: 320.53 g; Cukry proste: 59.46 g; Sód: 991.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.40 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 150ml (GLU, 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 ,	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (GLU, JAJ), Kotlet sojowy 100g , Ziemniaki 150g , sos grecki 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa z piersią kurczaka 20g , Pasta warzywna 60g , Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2291.58 kcal; Białko ogółem: 57.84 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;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta ze schabu 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (GLU, JAJ), Pulpet z morszczuka gotowany 90g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), sos grecki 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ćwiartki udka 50g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2122.22 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 45.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 258.96 mg; Węglowodany ogółem: 320.71 g; Cukry proste: 49.76 g; Sód: 1032.43 mg; Błonnik pokarmowy: 32.02 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2185.95 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.86 g; Cholesterol: 219.00mg; Węglow odany ogółem: 234.74 g; Cukry proste: 12.48 g; Sód: 1104.70 mg; Błonnik pokarmowy: 26.06 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL),
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 : 2391.01 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.54 g; Cholesterol: 269.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Cukry proste: 16.23 g; Sód: 1802.11 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

piątek 2026-07-24 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Biodrówka z piekarnika 20g (GLU), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, MLE), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (RYB), sos grecki 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 60g (GLU, GOR), Ser żółty light 20g (MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2396.10 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.92 g; Cholesterol: 260.46 mg; Węglowodany ogółem: 307.30 g; Cukry proste: 46.80 g; Sód: 1985.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-07-24		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Manna na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>),	Pomidorowa z makaronem 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (<i>RYB</i>), sos grecki 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2223.13 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.63 g;
Cholesterol: 230.16 mg; Węglowodany ogółem: 355.87 g; Cukry proste: 49.56 g; Sód: 1380.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.77 g;

piątek 2026-07-24		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Serek wiejski 1 Por 200g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU</i> , <i>ORZ</i>), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU</i> , <i>ORZ</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 20g (<i>GLU</i>),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml, sos grecki 150g (<i>GLU</i>),	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Ćwikła bez chrzanu 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2313.34 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 58.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.51 g;
Cholesterol:221.13 mg; Węglowodany ogółem: 269.21 g; Cukry proste: 19.03 g; Sód: 1245.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salátka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bitka z szynki duszona z cebulą 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , banan 1szt , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , Sos pietruszkowy 100g (<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 40g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2374.01 kcal; Białko ogółem: 84.30 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.90 g;
Cholesterol: 268.56 mg; Węglowodany ogółem: 351.42 g; Cukry proste: 52.17 g; Sód: 1912.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bitka z szynki duszona z cebulą 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , Sos pietruszkowy 100g (<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 40g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: banan 1szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2569.44 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.24 g;
Cholesterol: 278.72 mg; Węglowodany ogółem: 369.28 g; Cukry proste: 59.08 g; Sód: 1940.58 mg; Błonnik pokarmowy: 35.96 g;

sobota 2026-07-25 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>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: banan 1szt ,		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2286.33 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.08 g;
Cholesterol: 254.30 mg; Węglowodany ogółem: 335.20 g; Cukry proste: 56.13 g; Sód: 1925.06 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;

sobota 2026-07-25 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>), Salátka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Roladka z szynki duszona z pieczarkami 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka bez cukru 250ml , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: surówka z selera i marchwi 100g ,	Podwieczorek: Serek grani 200g , Pestki słonecznika 20g (<i>GLU, ORZ</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2339.21 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 57.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.66 g;
Cholesterol: 274.80 mg; Węglowodany ogółem: 302.66 g; Cukry proste: 23.98 g; Sód: 1972.08 mg; Błonnik pokarmowy: 33.26 g;

sobota 2026-07-25 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>), Kielbasa krakowska roślinna 60g (<i>GLU</i>), Pasta z tofu 60g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z białej rzodkwi z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Gołąbek wegetariański z ryżu 90g , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki 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 brokula z ziołami 150g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt migdałowy 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2106.92 kcal; Białko ogółem: 80.87 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;

sobota 2026-07-25 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>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: budyń wan. z/c 200g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2272.12 kcal; Białko ogółem: 91.64 g; Tłuszcz: 46.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.49 g;
Cholesterol: 182.70 mg; Węglowodany ogółem: 358.59 g; Cukry proste: 58.63 g; Sód: 1817.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Salátka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (MLE), Połędwica sopocka 60g (GLU), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny 300ml (GLU, MLE), Bitka z szynki duszona z cebulą 90g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , banan 1szt , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 40g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2397.74 kcal; Białko ogółem: 85.95 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.44 g;
Cholesterol: 239.69 mg; Węglowodany ogółem: 325.88 g; Cukry proste: 69.71 g; Sód: 2075.59 mg; Błonnik pokarmowy: 41.12 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 60g (GLU), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny 300ml (GLU, MLE), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: budyń wan. z/c 200g (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2308.24 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.42 g;
Cholesterol: 292.90 mg; Węglowodany ogółem: 322.17 g; Cukry proste: 59.71 g; Sód: 1810.47 mg; Błonnik pokarmowy: 33.85 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Zacierka na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Ziemniaki 150g , Potrawka drobiowa z piersi 150g (GLU), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Hummus 60g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Dżem 1szt ,
II Śniadanie: banan 1szt ,		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2343.06 kcal; Białko ogółem: 52.05 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.10 g;
Cholesterol: 168.54 mg; Węglowodany ogółem: 362.75 g; Cukry proste: 55.06 g; Sód: 1345.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.43 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z łopatką 50g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Potrawka drobiowa z piersi 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Salátka z selera 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: banan 1szt ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2188.17 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 46.50 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.06 g;
Cholesterol: 283.08 mg; Węglowodany ogółem: 336.13 g; Cukry proste: 45.13 g; Sód: 1496.06 mg; Błonnik pokarmowy: 32.49 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (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 : 2062.05 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.83 g;
Cholesterol: 334.70 mg; Węglowodany ogółem: 215.67 g; Cukry proste: 18.77 g; Sód: 987.70 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

sobota 2026-07-25 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: Zupa krem z warzyw 400ml (SEL),	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: 299.10 mg; Węglowodany ogółem: 255.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

sobota 2026-07-25 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica sopocka 60g (GLU), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny 300ml (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Salátka lodowa z dresingiem 80g , Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 40g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: banan 1szt ,		Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2381.87 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.43 g;
Cholesterol: 264.30 mg; Węglowodany ogółem: 358.66 g; Cukry proste: 59.47 g; Sód: 1633.43 mg; Błonnik pokarmowy: 34.58 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-07-25			Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica sopocka 60g (<i>GLU</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>),		Ziemniaki 150g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Krupnik jęczmienny 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka 250ml , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>),		Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: banan 1szt ,				Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2286.33 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 60.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.08 g;
Cholesterol:254.30 mg; Węglowodany ogółem: 335.20 g; Cukry proste: 56.13 g; Sód: 1925.06 mg; Błonnik pokarmowy: 32.56 g;

sobota 2026-07-25			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>), Połędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),		Ziemniaki 150g , Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka bez cukru 250ml , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), Sałata lodowa z dresingiem 80g ,		Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: surówka z selera i marchwi 100g ,		Podwieczorek: Budyń bez cukru 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2197.08 kcal; Białko ogółem: 87.87 g; Tłuszcz: 4727 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.06 g;
Cholesterol: 272.60 mg; Węglowodany ogółem: 286.58 g; Cukry proste: 24.82 g; Sód: 1713.91 mg; Błonnik pokarmowy: 34.50 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Biodrówka z piekarnika 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz biały 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlet schabowy smażony 90g (GLU, JAJ), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (GOR), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Pomarańcza 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Polędwica sopocka 20g (GLU), Herbata bez cukru 250ml , Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2372.90 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 59.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.04 g;
Cholesterol: 256.88 mg; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Cukry proste: 42.07 g; Sód: 1184.66 mg; Błonnik pokarmowy: 32.88 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Biodrówka z piekarnika 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz biały 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlet schabowy smażony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (GOR),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Polędwica sopocka 20g (GLU), Herbata bez cukru 250ml , Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Podwieczorek: Maślanka 200g (MLE),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2495.75 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 62.93 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.20 g;
Cholesterol: 268.82 mg; Węglowodany ogółem: 392.53 g; Cukry proste: 54.34 g; Sód: 1298.03 mg; Błonnik pokarmowy: 34.55 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 40g , Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz biały 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Roladka ze schabu duszona 90g (GLU), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU), Twaróg z jogurtem 50g (MLE), Herbata bez cukru 250ml , salata lodowa z jogurtem 80g (MLE),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g;
Cholesterol: 278.98 mg; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 31.82 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek naturalny Bieluch 200g 1Por , masło 15g 1szt (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Biodrówka z piekarnika 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Ogórek świeży 80g ,	Barszcz biały bez śmietany 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Roladka ze schabu duszona 90g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (MLE), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (GOR),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Polędwica sopocka 20g (GLU), Herbata bez cukru 250ml , Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką z ziołami 50g (MLE), Chleb razowy 30g (GLU),	Podwieczorek: Salátka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 150g (GLU, MLE, ORZ),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),

Wartości odżywcze: Energia : 2376.99 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 63.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.12 g;
Cholesterol: 296.42 mg; Węglowodany ogółem: 305.45 g; Cukry proste: 14.24 g; Sód: 1510.93 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Kielbasa krakowska roślinna 60g (GLU), Ser roślinny 20g (MLE), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Gołąbek z kaszy jęczmiennej 90g (GLU, JAJ), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Dżem niskosłodzony 1szt , Pasta z brokuła z ziołami 80g (MLE), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,		Posiłek nocny: Jogurt migdałowy 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2257.47 kcal; Białko ogółem: 81.25 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;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 40g , Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Roladka ze schabu duszona 90g (GLU), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU), Twaróg z jogurtem 50g (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z selera i jabłka z olejem 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2362.63 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 41.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g;
Cholesterol: 208.91 mg; Węglowodany ogółem: 385.00 g; Cukry proste: 58.56 g; Sód: 1116.66 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Kotlet schabowy smażony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (<i>GOR</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Pomarańcza 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Herbata bez cukru 250ml , Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2352.70 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 50.30 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.53 g; Cholesterol: 261.38 mg; Węglowodany ogółem: 387.86 g; Cukry proste: 54.19 g; Sód: 1273.76 mg; Błonnik pokarmowy: 46.30 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Roladka ze schabu duszona 90g (<i>GLU</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Twaróg z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , salata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2369.93 kcal; Białko ogółem: 108.79 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.60 g; Cholesterol: 285.18 mg; Węglowodany ogółem: 322.85 g; Cukry proste: 57.82 g; Sód: 1343.46 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Miód 1szt ,	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Frykadelka warzywna 100g , Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , salata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 60g ,
II Śniadanie: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2308.37 kcal; Białko ogółem: 61.83 g; Tłuszcz: 59.92 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 9.97 g; Cholesterol: 135.86 mg; Węglowodany ogółem: 374.87 g; Cukry proste: 57.83 g; Sód: 910.61 mg; Błonnik pokarmowy: 31.62 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z szynki 50g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik ze schabu gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z fileta z kurczaka 30g , Twaróg z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Salátka z selera i jabłka z olejem 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2291.74 kcal; Białko ogółem: 89.02 g; Tłuszcz: 51.04 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.95 g; Cholesterol: 245.53 mg; Węglowodany ogółem: 363.60 g; Cukry proste: 58.08 g; Sód: 1069.09 mg; Błonnik pokarmowy: 30.51 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2199.25 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.15 g; Cholesterol: 256.80 mg; Węglowodany ogółem: 218.93 g; Cukry proste: 11.93 g; Sód: 1042.60 mg; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2370.25 kcal; Białko ogółem: 95.29 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.65 g; Cholesterol: 297.90 mg; Węglowodany ogółem: 253.65 g; Cukry proste: 14.95 g; Sód: 1485.95 mg; Błonnik pokarmowy: 30.27 g

niedziela 2026-07-26 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Ogórek świeży 80g ,	Barszcz biały 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Roladka ze schabu duszona 90g (<i>GLU</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 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>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Twaróg z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2392.50 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 49.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.02 g; Cholesterol: 256.88 mg; Węglowodany ogółem: 356.83 g; Cukry proste: 36.24 g; Sód: 1185.48 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Manna na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Barszcz biały 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Roladka ze schabu duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Twaróg z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2300.79 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Cholesterol: 278.98 mg; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Cukry proste: 48.51 g; Sód: 1539.16 mg; Błonnik pokarmowy: 34.82 g;

niedziela 2026-07-26		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Serek naturalny Bieluch 200g 1Por , masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g ,	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Roladka ze schabu duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Twaróg z jogurtem 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką z ziołami 50g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2345.02 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.13 g; Cholesterol: 216.14 mg; Węglowodany ogółem: 281.08 g; Cukry proste: 15.99 g; Sód: 1302.71 mg; Błonnik pokarmowy: 33.57 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jabłko 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2286.41 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.71 g;
Cholesterol: 301.98 mg; Węglowodany ogółem: 289.19 g; Cukry proste: 30.79 g; Sód: 1755.63 mg; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2439.51 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.72 g;
Cholesterol: 301.98 mg; Węglowodany ogółem: 327.42 g; Cukry proste: 44.90 g; Sód: 1757.03 mg; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szyunka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z selera z natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2211.13 kcal; Białko ogółem: 85.15 g; Tłuszcz: 50.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.28 g;
Cholesterol: 282.86 mg; Węglowodany ogółem: 293.08 g; Cukry proste: 34.54 g; Sód: 1912.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Salátka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g ,	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy na passacie 100ml , Salátka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szyunka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE), Pestki dyni 20g ,	Podwieczorek: Serek wiejski 200g (MLE), Borówki 30g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2230.00 kcal; Białko ogółem: 96.61 g; Tłuszcz: 46.67 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.95 g; Cholesterol: 292.48 mg; Węglowodany ogółem: 238.44 g; Cukry proste: 7.04 g; Sód: 1619.14 mg; Błonnik pokarmowy: 34.22 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Ryż na mleku roślinnym 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Szyunka roślinna drobiowa 60g , Pasta z tofu 60g 1Por (MLE), Salátka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa bez śmietany 400ml (GLU), Kotlet szpinakowy 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 150g , Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasztet roślinny 60g (GLU, GOR), Dżem niskosłodzony 1szt , Salátka z białej rzodkwi z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru na mleku roślinnym 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2106.92 kcal; Białko ogółem: 80.87 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;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szyunka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z selera z natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2104.98 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 42.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.01 g;
Cholesterol: 230.88 mg; Węglowodany ogółem: 311.18 g; Cukry proste: 45.46 g; Sód: 1678.49 mg; Błonnik pokarmowy: 30.78 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , Jabłko 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatkowa z fileta 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z selera z natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2366.68 kcal; Białko ogółem: 105.10 g; Tłuszcz: 50.52 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.23 g; Cholesterol: 282.85 mg; Węglowodany ogółem: 318.68 g; Cukry proste: 47.79 g; Sód: 1697.23 mg; Błonnik pokarmowy: 32.52 g

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Miód 4szt ,	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (GLU), Ziemniaki 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (SEL, GOR), Salátka z selera z natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , Serek tartare 20g 1Por (MLE),
II Śniadanie: Smoothie truskawkowo - bananowe 250ml (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2257.47 kcal; Białko ogółem: 59.69 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;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ćwiartki udka 50g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z szynki 50g , Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z selera z natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2162.64 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 49.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.12 g; Cholesterol: 251.18 mg; Węglowodany ogółem: 300.85 g; Cukry proste: 34.98 g; Sód: 1816.91 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łopatkę /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 : 2032.45 kcal; Białko ogółem: 64.57g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.26 g; Cholesterol: 237.35 mg; Węglowodany ogółem: 216.34 g; Cukry proste: 11.45g; Sód: 1187.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Kefir z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2158.47 kcal; Białko ogółem: 68.23g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.03 g; Cholesterol: 267.56 mg; Węglowodany ogółem: 232.95 g; Cukry proste: 15.37g; Sód: 1276.84 mg; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

poniedziałek 2026-07-27 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2395.95 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 51.65 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.37 g; Cholesterol: 301.06 mg; Węglowodany ogółem: 382.57 g; Cukry proste: 46.56 g; Sód: 1771.32 mg; Błonnik pokarmowy: 33.92 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-07-27		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Salátka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z selera z natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2223.72 kcal; Białko ogółem: 85.54 g; Tłuszcz: 50.41 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.09 g; Cholesterol: 232.98 mg; Węglowodany ogółem: 320.25 g; Cukry proste: 49.02 g; Sód: 1431.99 mg; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

poniedziałek 2026-07-27		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Salátka z mixu салат i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy na passacie 100ml , Ziemniaki 150g , Salátka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 20g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g , Pestki dyni 20g ,		Podwieczorek: Serek wiejski 200g (MLE), Borówki 30g ,
		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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
wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 20g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Sos pietruszkowy 100g (GLU), Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko pieczone z pieca 150g, Surówka z marchwi i pora z oliwą z oliwek 150g, Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml, Kiwi 1szt,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Herbata bez cukru 250ml, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2308.78 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.63 g; Cholesterol: 272.86 mg; Węglowodany ogółem: 309.64 g; Cukry proste: 45.19 g; Sód: 1680.99 mg; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 20g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Sos pietruszkowy 100g (GLU), Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko pieczone z pieca 150g, Surówka z marchwi i pora z oliwą z oliwek 150g, Ryż brązowy 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Herbata bez cukru 250ml, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g,
II Śniadanie: Jabłko 150g,	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2391.84 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.78 g; Cholesterol: 275.80 mg; Węglowodany ogółem: 293.68 g; Cukry proste: 37.64 g; Sód: 1614.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 20g (GLU), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g, Marchew gotowana oprószana 150g (GLU), Ryż biały 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2368.25 kcal; Białko ogółem: 94.20 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.21 g; Cholesterol: 249.90 mg; Węglowodany ogółem: 340.11 g; Cukry proste: 58.23 g; Sód: 1477.66 mg; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 20g (GLU), Pomidor 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g, Surówka z marchwi i pora z oliwą z oliwek 150g, Ryż brązowy 150g, Sos pietruszkowy bez maki 100g (MLE), Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g,
II Śniadanie: Surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym 150g (SOJ, GOR),	Podwieczorek: Sok warzywny 200ml, Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser żółty light 30g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2353.78 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.92 g; Cholesterol: 296.10 mg; Węglowodany ogółem: 263.95 g; Cukry proste: 13.40 g; Sód: 1477.02 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z tofu 60g (MLE), Szynka roślinna wieprzowa 20g, Pomidor 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Sos pietruszkowy 100g (GLU), Rosół warzywny z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Risotto warzywne 250g (SEL), Surówka z marchwi i pora z oliwą z oliwek 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Szynka roślinna drobiowa 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Herbata bez cukru 250ml, Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g,
II Śniadanie: Jabłko 150g,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2165.83 kcal; Białko ogółem: 87.62 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;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Polędwica sopocka 20g (GLU), Pomidor bez skóry 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g, Marchew gotowana oprószana 150g (GLU), Ryż biały 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Kefir 200g (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2274.79 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 57.29 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.80 g; Cholesterol: 281.70 mg; Węglowodany ogółem: 333.46 g; Cukry proste: 50.39 g; Sód: 1444.89 mg; Błonnik pokarmowy: 30.15 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Surówka z marchwi i pora z oliwą z oliwek 150g , Kasza gryczana 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Kiwi 1szt ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Herbata bez cukru 250ml , Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

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: 45.47 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2370.40 kcal; Białko ogółem: 106.91 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.38 g; Cholesterol: 287.46 mg; Węglowodany ogółem: 302.02 g; Cukry proste: 55.33 g; Sód: 1685.23 mg; Błonnik pokarmowy: 31.21 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Dżem 1szt ,	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Kotlet szpinakowy 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Marchew gotowana oprószana 150g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 80g (<i>GOR</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2322.58 kcal; Białko ogółem: 57.65 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;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Pasta z łopatk 30g , mus z jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), potrawka z udka ćwiartki 150g (<i>GLU, SEL</i>), Marchew gotowana oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, 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>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2379.32 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.21 g; Cholesterol: 249.90 mg; Węglowodany ogółem: 340.11 g; Cukry proste: 58.23 g; Sód: 1477.66 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;

wtorek 2026-07-28 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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2194.84 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.48 g; Cholesterol: 284.85 mg; Węglowodany ogółem: 256.27 g; Cukry proste: 16.37 g; Sód: 1284.85 mg; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;

wtorek 2026-07-28 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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2375.54 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.75 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.29 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.34 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g;

wtorek 2026-07-28 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Manna 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>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Rosół z makaronem nitki z maki durum 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2358.10 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.48 g; Cholesterol: 293.86 mg; Węglowodany ogółem: 289.95 g; Cukry proste: 37.59 g; Sód: 1549.57 mg; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-07-28			Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 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 , Marchew gotowana oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,		Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Kefir 200g (<i>MLE</i>),				Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2259.55 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.97 g; Cholesterol: 291.46 mg; Węglowodany ogółem: 329.67 g; Cukry proste: 50.65 g; Sód: 1769.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.65 g

wtorek 2026-07-28			Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 20g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 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 , Marchew gotowana oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 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>), Szynkowa dębowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Podwieczorek: Sok warzywny 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (<i>GLU</i>),		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty light 30g (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2347.02 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 110.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 29.52 g; Cholesterol: 405.39 mg; Węglowodany ogółem: 214.00 g; Cukry proste: 18.09 g; Sód: 1106.16 mg; Błonnik pokarmowy: 22.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-29 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>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>), wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Melon 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 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>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2352.31 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.53 g; Cholesterol: 276.81 mg; Węglowodany ogółem: 327.30 g; Cukry proste: 26.16 g; Sód: 1177.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

środa 2026-07-29 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>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>), wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 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>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2352.31 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.53 g; Cholesterol: 276.81 mg; Węglowodany ogółem: 327.30 g; Cukry proste: 26.16 g; Sód: 1177.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.08 g;

środa 2026-07-29 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>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2284.44 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.05 g; Cholesterol: 251.78 mg; Węglowodany ogółem: 360.80 g; Cukry proste: 32.68 g; Sód: 1972.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

środa 2026-07-29 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>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>),	masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Brokuł gotowany ze 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 : 2313.46 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.47 g; Cholesterol: 279.52 mg; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Cukry proste: 6.04 g; Sód: 1621.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;

środa 2026-07-29 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>), Ser roślinny 40g (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska roślinna 40g (<i>GLU</i>), Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Kotlet buraczany 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 60g , Dżem niskosłodzony 1szt , Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2164.91 kcal; Białko ogółem: 89.76 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: 30.32 g;

środa 2026-07-29 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>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Jadłospisy dla oddziałów**Wartości odżywcze:** Energia : 2164.91 kcal; Białko ogółem: 89.76 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;

środa 2026-07-29 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>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g, Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>), wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (<i>GLU</i>), Fasolka szparagowa 150g, Kompot truskawkowy 250ml, Melon 150g, Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g, Herbata bez cukru 250ml,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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: 46.01 g;

środa 2026-07-29 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>), Szynka z piersią kurczaka 40g, Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml, Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana gęsta 150g (<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 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2378.23 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.51 g;

Cholesterol: 301.78 mg; Węglowodany ogółem: 300.82 g; Cukry proste: 34.76 g; Sód: 1781.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.81 g;

środa 2026-07-29 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>), Szynka z piersią kurczaka 60g, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Dżem niskosłodzony 1szt,	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Kotlet buraczany 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Jarzynka gotowana gęsta 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g, Kompot truskawkowy 250ml,	Płatki owsiane na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 60g, Salátka z selera i jabłka z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml, Miód 1szt,
II Śniadanie: Sok owocowy 200ml 1szt,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2205.51 kcal; Białko ogółem: 54.54 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;

środa 2026-07-29 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 fileta z kurczaka 50g, Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Potrawka wieprzowo-warzywna 150ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot truskawkowy 250ml, Ziemniaki 150g, Jarzynka gotowana gęsta 150g (<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 szynki 30g, Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>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:

283.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 31.17 g;

środa 2026-07-29 Jadłospis dla diety: D11 - Pakowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (<i>RYB, SEL</i>),
II Śniadanie: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Energia : 2124.68 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.48 g; Cholesterol:

258.37 mg; Węglowodany ogółem: 224.85 g; Cukry proste: 14.85 g; Sód: 1289.84 mg; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

środa 2026-07-29 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (<i>RYB, SEL</i>),
II Śniadanie: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Zupa krem z warzyw 400ml (<i>SEL</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:

283.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-07-29 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>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Sos koperkowy 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>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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: 31.26 g;

środa 2026-07-29 Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (<i>SEL</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (<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 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2284.44 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.05 g; Cholesterol: 301.78 mg; Węglowodany ogółem: 360.80 g; Cukry proste: 32.68 g; Sód: 1972.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g

środa 2026-07-29 Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Salátka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<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 : 2147.17 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.48 g; Cholesterol: 273.83 mg; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Cukry proste: 34.86 g; Sód: 1779.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g