

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08 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), Schab z kija 20g , 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 , Jabłko 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1Por (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 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 2026-09-08 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), Schab z kija 20g , 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), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 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 2026-09-08 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), Schab z kija 20g , 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), Pasta wieprzowo-pomidorowa z natką pietruszki 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 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 2026-09-08 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Maślanka 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Schab z kija 20g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400ml (GLU), 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), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 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 pomidorowy 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 2026-09-08 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasztet sojowy 60g (GLU, GOR), Salami roślinne 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), Dżem niskosłodzony 1szt , Hummus 60g , 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 2026-09-08 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), Schab z kija 20g , 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), Pasta wieprzowo-pomidorowa z natką pietruszki 60g , Serek tartare 20g 1Por (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 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;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-08 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>), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Schab z kija 20g , 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 , Jabłko 150g ,	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>), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 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 2026-09-08 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>), Schab z kija 20g , 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>), Pasta wieprzowo-pomidorowa z natką pietruszki 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 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 2026-09-08 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 2026-09-08 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 łopatkki 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: Maślanka 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 2026-09-08 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 2026-09-08 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 2026-09-08 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>), Schab z kija 20g , 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>), Pasta wieprzowo-pomidorowa z natką pietruszki 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 2026-09-08		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 twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB</i> , <i>MLE</i>), Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU</i> , <i>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</i> , <i>MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta wieprzowo-pomidorowa z natką pietruszki 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 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 2026-09-08		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Maślanka 200g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB</i> , <i>MLE</i>), Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (<i>GLU</i> , <i>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>), Pasta wieprzowo-pomidorowa z natką pietruszki 60g , Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml, Pieczywo razowe wasa 2szt (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), 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; Węglow odany 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 2026-09-09 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 20g (<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>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</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 2026-09-09 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 20g (<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>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</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 : 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;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 1szt (<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>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</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 2026-09-09 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 20g (<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>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</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 2026-09-09 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>), Pasta z tofu z ziołami 60g (<i>MLE</i>), Szynka roślinna wieprzowa 20g , 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 z ciecierzycy z kuminem 60g , Ser roślinny 20g (<i>MLE</i>), 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 2026-09-09 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 1szt (<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>), Pasta z białka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</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 : 2311.44 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.05 g; Cholesterol: 276.98 mg; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Cukry proste: 31.68 g; Sód: 1903.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

środa 2026-09-09 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 20g (<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>), Pasta z jajka ze szczyporkiem 60g (<i>JAJ, GOR</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 2026-09-09 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 1szt (<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>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</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 2026-09-09 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 2026-09-09 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 1szt (<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 2026-09-09 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
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 2026-09-09 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 2026-09-09 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 20g (<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>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</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 2026-09-09 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 1szt (<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>), Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</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 2026-09-09 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 20g (<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>), Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60g (<i>JAJ, GOR</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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (JAJ), Colesław 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z indyka pieczony 90g (GLU, JAJ), mizeria z jogurtem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , arbuz 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Biodrówka z piekarnika 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2293.89 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 52.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.09 g; Cholesterol: 275.16 mg; Węglowodany ogółem: 324.52 g; Cukry proste: 30.94 g; Sód: 1469.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.30 g;

czwartek 2026-09-10 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), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (JAJ), Colesław 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z indyka pieczony 90g (GLU, JAJ), mizeria z jogurtem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Biodrówka z piekarnika 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), Pestki dyni 30g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2495.99 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.62 g; Cholesterol: 289.66 mg; Węglowodany ogółem: 368.38 g; Cukry proste: 52.75 g; Sód: 1561.49 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtownowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (JAJ), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Kotlecik z indyka pieczony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Salátka z buraczków i jabłka 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa 40g , Serek tartare 20g 2Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2069.68 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.20 g; Cholesterol: 270.83 mg; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Cukry proste: 33.96 g; Sód: 1533.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1szt , Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (JAJ), Colesław 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Jarzynowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL, GOR), Kotlecik z indyka pieczony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez maki 100g (MLE), Salátka z buraczków i jabłka 150g , kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa 40g , Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Salátka wiosenna 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), Pestki dyni 30g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),

Wartości odżywcze: Energia : 2140.80 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.71 g; Cholesterol: 288.05 mg; Węglowodany ogółem: 242.10 g; Cukry proste: 6.81 g; Sód: 1437.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Szynekowa roślinna drobiowa 20g , Paprykarz warzywny 60g (GLU, GOR), Colesław 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Kotlet sojowy 100g , Salátka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasztet sojowy 60g (GLU, GOR), Szynekowa roślinna drobiowa 20g , Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2188.15 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 45.99 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.50 g; Cholesterol: 248.51 mg; Węglowodany ogółem: 373.37 g; Cukry proste: 57.52 g; Sód: 1262.25 mg; Błonnik pokarmowy: 30.77 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Schab z kija 20g , Pasta z białka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 300g (GLU), Kotlecik z indyka pieczony 90g (GLU, JAJ), Salátka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynekowa dębowa 40g , Serek tartare 20g 2Por (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2136.89 kcal; Białko ogółem: 86.90 g; Tłuszcz: 40.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.24 g; Cholesterol: 246.03 mg; Węglowodany ogółem: 324.37 g; Cukry proste: 48.50 g; Sód: 1544.77 mg; Błonnik pokarmowy: 32.64 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (JAJ), Colesław 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Jarzynowa 300ml (GLU, MLE, SEL, GOR), Kotlecik z indyka pieczony 90g (GLU, JAJ), mizeria z jogurtem 150g (MLE), Kasza gryczana 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , arbuz 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Biodrówka z piekarnika 40g (GLU), Serek tartare 40g 40g (MLE), Salátka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Energia : 2302.39 kcal; Białko ogółem: 87.71 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.48 g; Cholesterol: 278.68 mg; Węglowodany ogółem: 332.59 g; Cukry proste: 47.45 g; Sód: 1148.74 mg; Błonnik pokarmowy: 45.89 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Kotlecik z indyka pieczony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2321.71 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 59.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.95 g; Cholesterol: 278.33 mg; Węglowodany ogółem: 314.24 g; Cukry proste: 55.82 g; Sód: 1655.36 mg; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

czwartek 2026-09-10 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 z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (<i>SEL, GOR</i>), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Schab z kija 20g ,	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (<i>MLE</i>), Sos z truskawek 100ml , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 150ml (<i>MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Paprykarz warzywny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Dżem niskosłodzony 1szt ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2119.24 kcal; Białko ogółem: 55.58 g; Tłuszcz: 82.34 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.91 g; Cholesterol: 264.09 mg; Węglowodany ogółem: 303.63 g; Cukry proste: 56.34 g; Sód: 1056.34 mg; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

czwartek 2026-09-10 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 łopatki 50g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zacierka na wywarze 400g (<i>GLU</i>), Kotlecik z indyka pieczony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków i jabłka 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 drobiowo-warzywna 60g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2069.68 kcal; Białko ogółem: 73.38 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.20 g; Cholesterol: 270.83 mg; Węglowodany ogółem: 277.49 g; Cukry proste: 33.96 g; Sód: 1533.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.87 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
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 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 : 2211.86 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 238.75 mg; Węglowodany ogółem: 263.75 g; Cukry proste: 19.85 g; Sód: 1727.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

czwartek 2026-09-10 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 masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 279.20 mg; Węglowodany ogółem: 241.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;

czwartek 2026-09-10 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>), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Kotlecik z indyka pieczony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), mizeria z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 40g 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2195.46 kcal; Białko ogółem: 84.50 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.55 g; Cholesterol: 267.93 mg; Węglowodany ogółem: 306.73 g; Cukry proste: 46.29 g; Sód: 1513.41 mg; Błonnik pokarmowy: 32.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-09-10		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>), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Kotlecik z indyka pieczony 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2127.17 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.48 g; Cholesterol: 263.83 mg; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Cukry proste: 34.86 g; Sód: 1779.81 mg; Błonnik pokarmowy: 34.27 g;

czwartek 2026-09-10		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Kefir 200g 1szt , Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	Zacierka na wywarze 300g (<i>GLU</i>), Kotlecik z indyka pieczony 90g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), mizeria z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez maki 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 40g , Serek tartare 40g 40g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka wiosenna 150g ,		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 : 2175.82 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.54 g; Cholesterol: 288.65 mg; Węglowodany ogółem: 238.63 g; Cukry proste: 6.97 g; Sód: 1463.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pieczarkowa z makaronem z maki durum 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Filet z dorsza smażony 120g (GLU, JAJ, RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml , Pomarańcza 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna z sezamem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2366.94 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.62 g; Cholesterol: 235.86 mg; Węglowodany ogółem: 295.84 g; Cukry proste: 40.16 g; Sód: 1628.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.84 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pieczarkowa z makaronem z maki durum 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Filet z dorsza smażony 120g (GLU, JAJ, RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna z sezamem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

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;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i marchwi z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2276.60 kcal; Białko ogółem: 95.80 g; Tłuszcz: 49.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.65 g; Cholesterol: 241.82 mg; Węglowodany ogółem: 324.01 g; Cukry proste: 54.78 g; Sód: 1347.05 mg; Błonnik pokarmowy: 32.12 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Maślanka 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , Sos grecki z cukinią 150g ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna z sezamem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Podwieczorek: Surówka z kalafiora z papryką 150g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU),

Wartości odżywcze: Energia : 2351.34 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 83.68 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.43 g; Cholesterol: 220.60 mg; Węglowodany ogółem: 307.48 g; Cukry proste: 16.99 g; Sód: 1583.22 mg; Błonnik pokarmowy: 33.79 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Ryż na mleku roślinnym 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Hummus 60g , Salami roślinne 20g , sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pieczarkowa z makaronem z maki durum 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Kottlet z fasoli 90g (GLU), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z tofu z ziołami 60g (MLE), Dżem niskosłodzony 1szt , Sałatka wiosenna 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt migdałowy 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2278.47 kcal; Białko ogółem: 79.38 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;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i marchwi z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2214.21 kcal; Białko ogółem: 96.63 g; Tłuszcz: 43.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.14 g; Cholesterol: 242.55 mg; Węglowodany ogółem: 346.29 g; Cukry proste: 54.97 g; Sód: 1069.60 mg; Błonnik pokarmowy: 30.96 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Połudwica z pasieki 20g , sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pieczarkowa z makaronem z maki durum 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Filet z dorsza smażony 120g (GLU, JAJ, RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml , Pomarańcza 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretką drobiową z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna z sezamem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2388.32 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.44 g; Cholesterol: 288.27 mg; Węglowodany ogółem: 374.73 g; Cukry proste: 53.75 g; Sód: 1130.58 mg; Błonnik pokarmowy: 46.47 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Połudwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretką drobiową z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i marchwi z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2386.05 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.49 g; Cholesterol: 273.82 mg; Węglowodany ogółem: 364.18 g; Cukry proste: 51.52 g; Sód: 1183.60 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Miód 1szt ,	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Kotlet sojowy 100g , Ziemniaki 150g , Sos grecki z cukinią 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretką drobiową z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Sałatka z selera i marchwi z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Szynekowa dębowa drobiowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2165.48 kcal; Białko ogółem: 60.50 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;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Ryż na mleku 300ml (MLE), masło 15g 1szt (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta z ćwiartki udka 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Pulpet z mintaja gotowany 120g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), galaretką drobiową z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i marchwi z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		

Wartości odżywcze: Energia : 2140.05 kcal; Białko ogółem: 93.07 g; Tłuszcz: 49.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.94 g; Cholesterol: 262.01 mg; Węglowodany ogółem: 320.96 g; Cukry proste: 55.18 g; Sód: 963.28 mg; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;

piątek 2026-09-11 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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2216.85 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 54.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.58 g; Cholesterol: 429.74 mg; Węglowodany ogółem: 238.83 g; Cukry proste: 10.16 g; Sód: 1625.84 mg; Błonnik pokarmowy: 25.78 g;

piątek 2026-09-11 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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE),	Podwieczorek: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 239.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 29.16 g;

piątek 2026-09-11 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Połudwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Filet z dorsza smażony 120g (GLU, JAJ, RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretką drobiową z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna z sezamem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2292.94 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.53 g; Cholesterol: 268.86 mg; Węglowodany ogółem: 355.09 g; Cukry proste: 47.64 g; Sód: 1611.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-09-11		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretką drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i marchwi z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),

Wartości odżywcze: Energia : 2292.94 kcal; Białko ogółem: 94.34 g; Tłuszcz: 53.05 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.53 g; Cholesterol: 268.86 mg; Węglowodany ogółem: 355.09 g; Cukry proste: 47.64 g; Sód: 1611.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

piątek 2026-09-11		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Maślanka 200g (MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Polędwica z pasieki 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g (RYB), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), galaretką drobiowa z warzywami 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna z sezamem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Podwieczorek: Pomarańcza 150g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU),

Wartości odżywcze: Energia : 2212.85 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.84 g; Cholesterol: 284.84 mg; Węglowodany ogółem: 297.48 g; Cukry proste: 17.05 g; Sód: 1347.64 mg; Błonnik pokarmowy: 32.84 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska podsuszana 40g (<i>GLU</i>), Salátka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kalafiora 150g (<i>MLE</i>), Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml , arbuz 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 60g , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska podsuszana 40g (<i>GLU</i>), Salátka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kalafiora 150g (<i>MLE</i>), Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml , 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>), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,	Podwieczorek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni ze śmietaną 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Salátka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Salata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Salátka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni bez śmietany i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kalafiora 150g (<i>MLE</i>), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy bez maki 100g (<i>MLE</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Salátka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>),	Podwieczorek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Szynka roślinna wieprzowa 20g , Salátka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (<i>MLE</i>), Jogurt kokosowy 100g 1Por (<i>MLE</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Paprykarz warzywny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Ser roślinny 20g (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: banan 1szt ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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;

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Schab z kija 40g , Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Salátka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Salata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-09-12 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>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Sałatka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kalafiora 150g (<i>MLE</i>), Kasza gryczana 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml , arbuz 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>), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni ze śmietaną 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Makaron durum na mleku 150ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (<i>GLU, SEL</i>), zapiekanka z kaszy i warzyw 250g (<i>GLU, SEL</i>), Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Płatki orkiszowe na mleku 150ml (<i>MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 80g , Dżem niskosłodzony 1szt , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: kisiel b/c 200g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pasta z łopatką 60g , Sałatka z selera z natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka drobiowa z piersi 150g (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2026-09-12 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: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2026-09-12 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: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2026-09-12 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Kielbasa krakowska poduszana 40g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml , 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 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-09-12		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>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Schab z kija 40g ,	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Salátka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 60g , Salata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

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

sobota 2026-09-12		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka grecka 80g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Schab z kija 40g ,	Zupa krem z dyni bez śmietany i pestkami dyni 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (<i>GLU</i>), Salátka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (<i>MLE</i>), kompot truskawkowy z jabłkiem b/c 250ml ,	masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego z salátą 80g , Herbata bez cukru 250ml , Szynkowa dębowa 60g ,
II Śniadanie: Salátka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>),	Podwieczorek: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Surówka z mixu салат, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE), Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), pasta z tuńczyka i jajka z cebulą i korniszonom 60g (JAJ, RYB), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Surówka z mixu салат, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), pasta z tuńczyka i jajka z cebulą i korniszonom 60g (JAJ, RYB), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtownowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Salátka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1szt , Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Surówka z mixu салат, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos mięsno-jarzynowy 180ml (GLU, SEL), Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), pasta z tuńczyka i jajka z cebulą i korniszonom 60g (JAJ, RYB), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Salátka z fasoli i pomidora 100g ,	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 25g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasztecik drobiowy 40g (GLU, GOR),

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Manna na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Szynka roślinna drobiowa 20g , Pasztecik sojowy 60g (GLU, GOR), Surówka z mixu салат, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Kotlet sojowy 100g , Mizeria z jogurtem roślinnym 150g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Hummus 60g , Salami roślinne 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Salátka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Szynka delikatkowa z fileta 40g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Salatkę z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Miód 1szt, Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Pasta warzywna 80g,	Brokułowa 300ml (GLU, MLE, SEL), zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), sos waniliowy z/c 140ml (GLU, JAJ, MLE), Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g, Pomidor bez skóry 80g, Herbata bez cukru 250ml, Szynka delikatkowa z fileta 20g (GLU),
II Śniadanie: chrupki 30g,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z szynki 60g, Ser deliser 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 300ml (GLU, SEL), Potrawka ze schabu 150g (GLU, SEL), Salatkę z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z łopatką 60g, Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Puree z dyni i jabłka 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Energia : 2117.75 kcal; Białko ogółem: 73.63 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.96 g; Cholesterol: 267.74 mg; Węglowodany ogółem: 233.83 g; Cukry proste: 9.37 g; Sód: 1305.86 mg; Błonnik pokarmowy: 27.43 g;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),	

Wartości odżywcze: Energia : 2270.24 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.65 g; Cholesterol: 287.90 mg; Węglowodany ogółem: 253.64 g; Cukry proste: 14.95 g; Sód: 1485.94 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

niedziela 2026-09-13 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatkowa z fileta 40g (GLU), Ser żółty light 40g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g,	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (MLE), Ziemniaki 150g, Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml, Sos jarzynowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (RYB, MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Pomidor 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-09-13			Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),		Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (<i>GLU</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>),		Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por ,				Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,	

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

niedziela 2026-09-13			Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1szt , Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 40g (<i>GLU</i>), Ser żółty light 40g (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g ,		Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (<i>GLU</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos mięsno-jarzynowy 180ml (<i>GLU, SEL</i>), Sos jarzynowy 100ml (<i>GLU</i>),		Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Pieczywo razowe wasa 2szt (<i>GLU</i>), Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 40g (<i>GLU, GOR</i>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kotlekt mielony z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Pomarańcza 150g ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kotlekt mielony z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 150g ,	Posiłek nocny: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Maślanka 200g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez maki 100g (<i>MLE</i>), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka Caprese 150g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Sałatka brokułowa z fetą i słonecznikiem 150g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D04- Wegańska		
Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Dżem niskosłodzony 1szt , Pasta z tofu z ziołami 60g (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (<i>GLU</i>), Kotlekt szpinakowy 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Makaron na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Szynka roślinna wieprzowa 20g , Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		Posiłek nocny: Jogurt kokosowy 100g 1Por (<i>MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		Posiłek nocny: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony 300ml (GLU, MLE), Kotlet mielony z pieca 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Kasza gryczana 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Pomarańcza 150g ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2Por (MLE), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Maślanka 200g (MLE),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (MLE), sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g ,	Podwieczorek: Maślanka 200g (MLE),	Posiłek nocny: Maślanka 200g (MLE),

Wartości odżywcze: Energia: 2368.59 kcal; Białko ogółem: 102.22 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.34 g; Cholesterol: 276.31 mg; Węglowodany ogółem: 318.17 g; Cukry proste: 46.55 g; Sód: 1020.51 mg; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Pasta z białka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml , Miód 25g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		Posiłek nocny: Maślanka 200g (MLE),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 60g , Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g , Serek tartare 20g 2Por (MLE), Jabłko gotowane 150g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: S kyr naturalny 200g 1Por (MLE),		Posiłek nocny: Maślanka 200g (MLE),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ryż na łopatkę z warzywami i masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL),	Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),		Posiłek nocny: Maślanka 200g (MLE),

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ryż na łopatkę z warzywami i masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL),	Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (RYB, SEL),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (GLU, SEL),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-09-14 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Twarożek haga 20g 1Por (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony 300ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2Por (MLE), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		Posiłek nocny: Maślanka 200g (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-09-14			Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),		Barszcz czerwony 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,		Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,				Posiłek nocny: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),	

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

poniedziałek 2026-09-14			Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Maślanka 200g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (<i>GLU</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez maki 100g (<i>MLE</i>), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,		Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>),	
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		Podwieczorek: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-15 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>), Twaróg z jogurtem i awokado 60g (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Melon 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa 60g , Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia: 2299.17 kcal; Białko ogółem: 86.25 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.53 g; Cholesterol: 289.69 mg; Węglowodany ogółem: 319.55 g; Cukry proste: 31.65 g; Sód: 1275.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

wtorek 2026-09-15 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>), Twaróg z jogurtem i awokado 60g (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa 60g , Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Melon 150g ,	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2495.75 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 58.05 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.09 g; Cholesterol: 296.29 mg; Węglowodany ogółem: 315.75 g; Cukry proste: 32.25 g; Sód: 1282.04 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Twaróg z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2376.43 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.81 g; Cholesterol: 269.59 mg; Węglowodany ogółem: 345.45 g; Cukry proste: 48.38 g; Sód: 1727.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

wtorek 2026-09-15 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>), Twaróg z jogurtem i awokado 60g (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Selerowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa 60g , Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Podwieczorek: Trio warzywne z masłem 150g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Ser żółty light 30g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 25g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2303.30 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.42 g; Cholesterol: 283.59 mg; Węglowodany ogółem: 302.87 g; Cukry proste: 7.38 g; Sód: 1236.84 mg; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

wtorek 2026-09-15 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>), Paprykarz warzywny 60g (<i>GLU, GOR</i>), Ser roślinny 20g (<i>MLE</i>), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Selerowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Kotlet buraczany 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Pasztet sojowy 60g (<i>GLU, GOR</i>), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Szynekowa dębowa 20g ,
II Śniadanie: Jogurt kokosowy 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Wartości odżywcze: Energia : 2269.99 kcal; Białko ogółem: 88.28 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;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa drobiowa 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Selerowa z makaronem 300ml (<i>GLU, JAJ</i>), Bitka z szynki gotowana 90g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynekowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Maślanka 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),

Jadłospisy dla oddziałów**Wartości odżywcze:** Energia : 2335.55 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 47.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.10 g; Cholesterol:

236.29 mg; Węglowodany ogółem: 359.96 g; Cukry proste: 55.33 g; Sód: 1405.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i awokado 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Melon 150g , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (MLE),
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2378.16 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.54 g; Cholesterol:

278.69 mg; Węglowodany ogółem: 366.47 g; Cukry proste: 57.55 g; Sód: 1456.25 mg; Błonnik pokarmowy: 46.47 g;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Serek wiejski 200g (MLE),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (MLE),
II Śniadanie: Maślanka 200g (MLE),	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2375.44 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.80 g;

Cholesterol: 278.59 mg; Węglowodany ogółem: 315.16 g; Cukry proste: 54.90 g; Sód: 1515.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.41 g

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Dżem niskosłodzony 1szt ,	Selerowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ), Kotlet szpinakowy 90g (GLU, JAJ, RYB), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Sos pomidorowy na passacie 100ml , Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb niskobiałkowy 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta warzywna 60g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),

Wartości odżywcze: Energia : 2127.11 kcal; Białko ogółem: 58.41 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.70 g; Cholesterol:

232.88 mg; Węglowodany ogółem: 375.20 g; Cukry proste: 57.88 g; Sód: 1266.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta z łopatk 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Selerowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ), Potrawka z łopatk 150ml (GLU, SEL), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (MLE),
II Śniadanie: Maślanka 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2371.96 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 56.02 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.21 g; Cholesterol:

253.00 mg; Węglowodany ogółem: 346.36 g; Cukry proste: 55.47 g; Sód: 1490.91 mg; Błonnik pokarmowy: 26.41 g;

wtorek 2026-09-15 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2190.87 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.38 g;

Cholesterol: 266.57 mg; Węglowodany ogółem: 237.15 g; Cukry proste: 14.74 g; Sód: 1247.62 mg; Błonnik pokarmowy: 26,14g;

wtorek 2026-09-15 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: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2370.05 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 28.43 g; Cholesterol:

284.30 mg; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Cukry proste: 21.88 g; Sód: 1375.85 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-09-15			Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i awokado 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Salátka z pomidora ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),			Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g, Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos pomidorowy 100ml (GLU),		
II Śniadanie: Bulka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),			Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g, Herbata bez cukru 250ml, Twarózek haga 20g 1Por (MLE),		
Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),					

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

wtorek 2026-09-15			Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),			Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (GLU, JAJ, MLE), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Salata lodowa z dresingiem 150g, Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos pomidorowy na passacie 100ml,		
II Śniadanie: Bulka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),			Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Cukinia duszona z ziołami 80g, Herbata bez cukru 250ml, Twarózek haga 20g 1Por (MLE),		
Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (GLU, SOJ, MLE, ORZ),					

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

wtorek 2026-09-15			Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i awokado 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 20g, Salátka z pomidora ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),			Selerowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ), Bitka z szynki gotowana 90g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g, Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml, Sos pomidorowy na passacie 100ml,		
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml,			Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 80g, Herbata bez cukru 250ml, Twarózek haga 20g 1Por (MLE),		
Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),			Posiłek nocny: Ser żółty light 30g (MLE), Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE),		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Salata lodowa 30g ,	Jarzynowa z fasolką szparagową 400ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Jabłko 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salatką śledziowa 120g (<i>RYB, GOR</i>), Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Salata lodowa 30g ,	Jarzynowa z fasolką szparagową 400ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salatką śledziowa 120g (<i>RYB, GOR</i>), Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Salata lodowa z dresingiem 80g ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1szt , Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Salata lodowa 30g ,	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salatką śledziowa 120g (<i>RYB, GOR</i>), Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pestki dyni 20g , Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Surówka z buraka i rukoli z serem feta 150g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 30g (<i>GLU, GOR</i>), Chleb razowy 25g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>),

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

środa 2026-09-16 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>), Salami roślinne 20g , Hummus 60g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Salata lodowa 30g ,	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Gołąbek z kaszy jęczmiennej 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło roślinne 15g (<i>MLE</i>), Dżem niskosłodzony 1szt , Pasta z tofu z ziołami 60g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Jogurt migdałowy 100g 1Por (<i>MLE</i>),

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Jabłko gotowane 300g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Salata lodowa 30g ,	Jarzynowa z fasolką szparagową 400ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Gołąbek duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Kasza gryczana 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Jabłko 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salatkę śledziowa 120g (<i>RYB, GOR</i>), Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
--	--	--

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

środa 2026-09-16 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>), Połędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Salata lodowa z dresingiem 80g ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Makaron durum na mleku 150ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), mus z jabłka 80g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Miód 50g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Gołąbek z kaszy jęczmiennej 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew oprószana 150g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Ziemniaki 150g ,	Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Płatki owsiane na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 20g , Herbata bez cukru 250ml , Salata lodowa z dresingiem 80g ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z szynki 60g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), mus z jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml , Jabłko gotowane 300g ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Warzywa na łopatkę /zmiksowana/ 500g (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Warzywa na łopatkę /zmiksowana/ 500g (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2026-09-16 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb razowy 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 40g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Salata lodowa 30g ,	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-09-16		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Makaron durum na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Marchew oprószana 150g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb bałtonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		Posiłek nocny: Kefir 200g 1szt ,

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

środa 2026-09-16		Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Kefir 200g 1szt , Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Sałata lodowa 30g ,	Barszcz biały bez śmietany 300ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klopsik wieprzowo-ryżowy z pieca 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi z pomarańczą z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (<i>RYB</i>), Ser żółty light 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pestki dyni 20g , Serek wiejski 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Surówka z buraka i rukoli z serem feta 150g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Paszтет drobiowy 30g (<i>GLU, GOR</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Szynka z piersią kurczaka 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Masło 15g 1szt (MLE), Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kapuśniak z młodej kapusty 400ml (GLU), Zraz wieprzowy z cebulą 90g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Trio warzywne gotowane 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2026-09-17 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), Szynka z piersią kurczaka 60g, Twarożek haga 1Por (MLE), Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kapuśniak z młodej kapusty 400ml (GLU), Zraz wieprzowy z cebulą 90g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Trio warzywne gotowane 150g, Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE),	Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos pietruszkowy 100g (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (MLE), Herbata bez cukru 250ml, Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g, Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE),	Kapuśniak z młodej kapusty 400ml (GLU), roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Trio warzywne gotowane 150g, Ziemniaki 150g, Sos pietruszkowy bez maki 100g (MLE), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 20g, Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Surówka z kalafiora z papryką 150g (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Masło 10g 1szt (MLE), Chleb razowy 30g (GLU), Twaróg 50g (MLE),

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

czwartek 2026-09-17 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), Szynka roślinna wieprzowa 20g, Pasta z ciemnoczerwonej z kuminem 60g, Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g, Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 300ml, Kotlet szpinakowy 90g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 150g, Trio warzywne gotowane 150g, Kompot z owoców mieszanych 250ml, Sos pietruszkowy 100g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło roślinne 15g (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Ser roślinny 20g (MLE), 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, Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa		
Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka z piersią kurczaka 60g, Mus z jabłka bez cukru 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 20g 1Por (MLE),	Koperkowa z ryżem 300ml, roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos pietruszkowy 100g (GLU), Ziemniaki 150g, Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 40g, Serek tartare 20g 2Por (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por (<i>MLE</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Salatką wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Kapuśniak z młodej kapusty 400ml (<i>GLU</i>), Zraz wieprzowy z cebulą 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Trio warzywne gotowane 150g , Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>), Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 20g , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Salatką z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,		

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),	Koperkowa z ryżem 300ml , roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 150g (<i>GLU</i>), Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1Por (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa		
Zacierka na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb niskobiałkowy 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Polędwica z pasieki 20g , Pasta z białka z koperkiem 60g (<i>JAJ, MLE</i>),	Koperkowa z ryżem 300ml , Potrawka z udką ćwiartki 150g (<i>GLU, SEL</i>), Jarzynka gotowana 150g (<i>GLU</i>), Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 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 60g (<i>GOR</i>), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Dżem niskosłodzony 1szt ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),	Koperkowa z ryżem 300ml , Potrawka z udką ćwiartki 150g (<i>GLU, SEL</i>), Jarzynka gotowana 150g (<i>GLU</i>), Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z łopatką 60g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Rosół z podudzia 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: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-09-17 Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa		
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por (<i>MLE</i>), Salatką wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ryżem 300ml , roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Trio warzywne gotowane 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g (<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 z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Salatką z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-09-17		Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna
Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),	Koperkowa z ryżem 300ml , roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Salátka z selera i jabłka z olejem 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g , 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>), Połędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-09-17		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>), Szynka z piersią kurczaka 60g , Salátka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Twarożek haga 20g 1Por (<i>MLE</i>),	Koperkowa z ryżem 300ml , roladka z szynki z pieca 90g (<i>GLU</i>), Trio warzywne gotowane 150g , Ziemniaki 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>), Serek tartare 20g 2Por (<i>MLE</i>), Połędwica z pasieki 40g , Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

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