# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-08** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por (***MLE***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 400ml ( ***GLU, SEL***), 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 baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Sałatka 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 2026-10-08** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por ( ***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 400ml ( ***GLU, SEL***), 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 baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Sałatka 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 2026-10-08** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), roladka z szynki z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana 150g ( ***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica 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 2026-10-08** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka z piersią kurczaka 60g , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 400ml ( ***GLU, SEL***), roladka z szynki z pieca 90g ( ***GLU***), Trio warzywne gotowane 150g , Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Polędwica z pasieki 20g , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Sałatka 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:** Margaryna 15g 1szt , 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 2026-10-08** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Makaron na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Szynka roślinna wieprzowa 20g , Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Kotlet szpinakowy 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki 150g , Trio warzywne gotowane 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Ser roślinny 20g ( ***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru na mleku roślinnym 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

**Wartości odżywcze:** Energia : 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 2026-10-08** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), roladka z szynki z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana 150g ( ***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Polędwica 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;



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por (***MLE***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 400ml ( ***GLU, SEL***), Zraz wieprzowy z cebulą 90g ( ***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Trio warzywne gotowane 150g , Kasza jęczmienna 150g ( ***GLU***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), roladka z szynki z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana 150g ( ***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por ( ***MLE***), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Pasta z białka z koperkiem 60g ( ***JAJ, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Potrawka z udka ćwiartki 150g (***GLU, SEL***), Jarzynka gotowana 150g ( ***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g ( ***GOR***), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Dżem niskosłodzony 1szt , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Potrawka z udka ćwiartki 150g (***GLU, SEL***), Jarzynka gotowana 150g ( ***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Serek tartare 20g 2Por ( ***MLE***), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml ( ***GLU, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml ( ***GLU, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por ( ***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), roladka z szynki z pieca 90g (***GLU***), Trio warzywne gotowane 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por ( ***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), roladka z szynki z pieca 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g ( ***SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica z pasieki 40g , Serek tartare 20g 2Por ( ***MLE***), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-08 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka z piersią kurczaka 60g , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), roladka z szynki z pieca 90g (***GLU***), Trio warzywne gotowane 150g , Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 40g , Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Sok pomidorowy 0,3 1szt , | **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Margaryna 15g 1szt , Chleb razowy 30g (***GLU***), Twaróg 50g (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twaróg z jogurtem, szczypiorkiem i rzodkiewką 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałata lodowa 30g , Ogórek świeży 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Pomarańcza 150g , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasztet drobiowy pieczony 60g ( ***GLU, GOR***), Ćwikła z chrzanem 60g , Ser żółty light 20g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Papryka 20g , |
| | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2299.57 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.74 g; Cholesterol: 284.74 mg; Węglowodany ogółem: 298.74 g; Cukry proste: 51.36 g; Sód: 938.92 mg; Błonnik pokarmowy: 33.68 g;

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twaróg z jogurtem, szczypiorkiem i rzodkiewką 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałata lodowa 30g , Ogórek świeży 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasztet drobiowy pieczony 60g ( ***GLU, GOR***), Ćwikła z chrzanem 60g , Ser żółty light 20g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Papryka 20g , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt ( ***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem i natką pietruszki 80g ( ***SEL***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Ser deliser 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 60g , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| Maślanka 200g ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem, szczypiorkiem i rzodkiewką 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Ogórek świeży 50g , Sałata lodowa 30g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasztet drobiowy pieczony 60g ( ***GLU, GOR***), Ser żółty light 20g ( ***MLE***), Ćwikła z chrzanem 60g , Herbata bez cukru 250ml , Papryka 20g , |
| **II Śniadanie:** Warzywa gotowane z wody z dresingiem 150g , | **Podwieczorek:** surówka orientalna 150g , | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 30g , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Pasztet sojowy 60g ( ***GLU, GOR***), Szynka roślinna drobiowa 20g , Ogórek świeży 50g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Sałata lodowa 30g , | Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Risotto warzywne 250g ( ***SEL***), surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Salami roślinne 20g , Hummus 60g , Herbata bez cukru 250ml , Ćwikła z chrzanem 60g , Papryka 20g , |
| **II Śniadanie:** Pomarańcza 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z selera i jabłka z olejem i natką pietruszki 80g ( ***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser deliser 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 60g , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem, szczypiorkiem i rzodkiewką 60g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałata lodowa 30g , Ogórek świeży 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , Kasza gryczana 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Pomarańcza 150g , | Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasztet drobiowy pieczony 60g ( ***GLU, GOR***), Ćwikła z chrzanem 60g , Ser żółty light 20g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Papryka 20g , |
| | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z selera i jabłka z olejem i natką pietruszki 80g ( ***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser deliser 1szt (***MLE***), Schab z kija 60g , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g 1Por (***MLE***), | **Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem i natką pietruszki 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Szynka z piersią z kurczaka 20g ( ***GLU***), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Kotlet buraczany 90g ( ***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), | Manna na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta warzywna 60g (***SEL***), Miód 25g , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Pasta z ćwiartki udka 60g , Sałatka z selera z olejem 150g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Pulpet z mintaja gotowany 120g ( ***GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL***), Sos grecki 150g (***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Ser deliser 1szt (***MLE***), Sałatka z buraczków z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Manna z dorszem, masłem i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***GLU, RYB, MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml ( ***GLU, SEL***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Manna z dorszem, masłem i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***GLU, RYB, MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Zupa krem z warzyw 400ml ( ***SEL***), | **Podwieczorek:** Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g ( ***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałata lodowa z dresingiem 30g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Ogórek świeży 50g , | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasztet drobiowy pieczony 60g ( ***GLU, GOR***), Ser żółty light 20g ( ***MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 60g , Herbata bez cukru 250ml , Papryka 20g , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z selera i jabłka z olejem i natką pietruszki 80g ( ***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Krupnik jęczmienny 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Ser deliser 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 60g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-09 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Maślanka 200g ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałata lodowa z dresingiem 30g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Ogórek świeży 50g , | Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g ( ***RYB***), Sos grecki 150g ( ***GLU, SEL***), ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasztet drobiowy pieczony 60g ( ***GLU, GOR***), Ser żółty light 20g ( ***MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 60g , Herbata bez cukru 250ml , Papryka 20g , |
| **II Śniadanie:** Warzywa gotowane z wody z dresingiem 150g , | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 30g , |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Grochowa 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jabłko 150g , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , Sałatka makaronowo-warzywna z tuńczykiem 120g (***GLU, JAJ, RYB, GOR***), Sałatka Caprese 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Grochowa 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa z masłem 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g ( ***GLU***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , Sałatka Caprese 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka makaronowo-warzywna z tuńczykiem 120g (***GLU, JAJ, RYB, GOR***), |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***), | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Kalafiorowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 1Por ( ***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałata lodowa 30g , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| Kefir 200g 1szt (***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Grochowa 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 20g , Sałatka Caprese 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka makaronowo-warzywna z tuńczykiem 120g (***GLU, JAJ, RYB, GOR***), |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 30g , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , Paprykarz warzywny 60g ( ***GLU, GOR***), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Grochowa 400ml ( ***GLU, SEL***), Kotlet buraczany 90g ( ***GLU, JAJ, RYB***), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , | Makaron na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Szynka roślinna drobiowa 20g , Sałatka Caprese 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jogurt migdałowy 100g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g ( ***GLU***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 1Por ( ***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałata lodowa 30g , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | |
|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa** |



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Grochowa 300ml (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jabłko 150g , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , Sałatka makaronowo-warzywna z tuńczykiem 120g (***GLU, JAJ, RYB, GOR***), Sałatka Caprese 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Kalafiorowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g ( ***GLU***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 1Por ( ***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałata lodowa 30g , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Biszkopty 30g (***GLU, JAJ***), mleko got. 200ml (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 150ml ( ***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Polędwica z pasieki 60g , | Kalafiorowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g ( ***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Makaron durum na mleku 150ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g ( ***MLE***), Dżem 1szt , Herbata bez cukru 250ml , Sałata lodowa 30g , |
| **II Śniadanie:** Biszkopty 30g (***GLU, JAJ***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta** | |
|---|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Pasta z szynki 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Kalafiorowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g ( ***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), | Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Twarożek haga 1Por ( ***MLE***), Mus z dyni 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny_100g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Warzywa na łopatce /zmiksowana/ 500g ( ***MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl z czarnej porzeczki 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Warzywa na łopatce /zmiksowana/ 500g ( ***MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl z czarnej porzeczki /zmiksowany/ 200g (***MLE***), | **Podwieczorek:** Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **sobota 2026-10-10** | **Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa** | |
|---|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g ( ***GLU***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , Sałatka makaronowo-warzywna z tuńczykiem 120g (***GLU, JAJ, RYB, GOR***), Sałatka Caprese 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-10-10 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g ( ***GLU***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Makaron durum na mleku 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałata lodowa 30g , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| sobota 2026-10-10 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Kefir 200g 1szt (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Bitka z szynki gotowana 90g ( ***GLU***), Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , | Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 20g , Sałatka Caprese 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka makaronowo-warzywna z tuńczykiem 120g (***GLU, JAJ, RYB, GOR***), |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), | **Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 30g , |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Pestki dyni 20g , | Brokułowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy smażony 90g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (***GOR***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Melon 150g , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Polędwica sopocka 20g (***GLU***), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (***RYB, MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Pestki dyni 20g , | Brokułowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy smażony 90g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (***GOR***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g ( ***RYB, MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Trio warzyw gotowanych ze słonecznikiem 120g (***GLU, MLE, ORZ***), | **Podwieczorek:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Brokułowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana gęsta 150g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| jogurt naturalny 150g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Pestki dyni 20g , | Brokułowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (***GOR***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g ( ***RYB, MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Trio warzyw gotowanych ze słonecznikiem 120g (***GLU, MLE, ORZ***), | **Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasztet drobiowy pieczony 30g ( ***GLU, GOR***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Manna na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Szynka roślinna wieprzowa 20g , Pasta z tofu z ziołami 60g ( ***MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Brokułowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Kotlet z fasoli 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana gęsta 150g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Hummus 60g , Ser roślinny 20g (***MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta z białka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Brokułowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana gęsta 150g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Budyń waniliowy 200ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), |

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

| | |
|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa** |



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Pestki dyni 20g , | Brokułowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy smażony 90g ( ***GLU, JAJ***), Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***), Kasza gryczana 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Melon 150g , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 20g , Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g ( ***RYB, MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Brokułowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana gęsta 150g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 20g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Budyń waniliowy 200ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | **Podwieczorek:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta z białka z warzywami i jogurtem 60g ( ***JAJ, MLE, SEL***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Miód 25g , | Brokułowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (***MLE***), Sos z truskawek 100ml , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta warzywna 60g ( ***SEL***), Dżem 1szt , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Budyń waniliowy 200ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Pasta z łopatki 60g , Sałatka z selera z olejem 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Brokułowa bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Klopsik ze schabu gotowany 90g ( ***GLU, JAJ***), Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Mus z dyni 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Budyń waniliowy 200ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **niedziela 2026-10-11** | **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, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **niedziela 2026-10-11** | **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, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml ( ***GLU, SEL***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Pestki dyni 20g , | Koperkowa z ziemniakami 600ml ( ***GLU, SEL***), Kotlet schabowy smażony 90g ( ***GLU, JAJ***), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g ( ***GOR***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 20g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Budyń waniliowy 200ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 600ml ( ***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Jarzynka gotowana gęsta 150g ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Budyń waniliowy 200ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Pestki dyni 20g , | Koperkowa z ziemniakami 600ml ( ***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150g (***GOR***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Pasta twarogowa z mintajem i warzywami 60g ( ***RYB, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasztet drobiowy pieczony 30g ( ***GLU, GOR***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Zupa z czerwonej soczewicy 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Udko pieczone z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , arbuz 150g , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Colesław 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Zupa z czerwonej soczewicy 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Udko pieczone z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Colesław 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g (***MLE***), | **Podwieczorek:** Kisiel z owocami leśnymi 200g , | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Zupa z czerwonej soczewicy 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Colesław 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Surówka z buraka z mixem sałat i serem feta 150g (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Ryż na mleku roślinnym 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Paprykarz warzywny 60g (***GLU, GOR***), Salami roślinne 20g , Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Rosół warzywny z makaronem nitki 300ml ( ***GLU, SEL***), Kotlet buraczany 90g (***GLU, JAJ, RYB***), surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 298ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasztet sojowy 60g ( ***GLU, GOR***), Salami roślinne 20g , Colesław 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt migdałowy 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Rosół niskotłuszczowy z makaronem nitki 400ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser deliser 2szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | |
|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa** |



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb razowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Zupa z czerwonej soczewicy 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Udko pieczone z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , arbuz 150g , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Colesław 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g (***MLE***), | **Podwieczorek:** Kisiel z owocami leśnymi 200g , | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 150ml ( ***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Polędwica z pasieki 40g , Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Pasta warzywna 60g (***SEL***), Miód 1szt , |
| **II Śniadanie:** Kisiel z owocami leśnymi 200g , | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta** | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Potrawka z udka ćwiartki 150g ( ***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Sałatka z buraczków z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Maślanka 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Rosół na szynce /zmiksowany/ 500ml ( ***GLU, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Rosół na filecie z piersi /zmiksowane/ 500ml ( ***GLU, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl z owoców mieszanych /zmiksowany/ 200g (***MLE***), | **Podwieczorek:** Manna na wywarze z łopatką /zmiksowane/ 500ml (***GLU, SEL***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa** | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml ( ***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , surówka orientalna 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Surówka z buraka z mixem sałat i serem feta 150g (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15 g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g ( ***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g (***GLU***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem i czosnkiem 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g ( ***SEL, GOR***), Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15 g 1szt (***MLE***), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g ( ***RYB, SEL***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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

| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g ( ***GLU***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem i czosnkiem 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g ( ***SEL, GOR***), Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g ( ***RYB, SEL***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Surówka z kalafiora z papryką 150g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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

| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem 90g ( ***GLU, MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (***RYB, SEL***), sałata lodowa z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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

| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
|---|---|---|
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta twarogowo-ziołowa 60g ( ***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem i czosnkiem 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g ( ***SEL, GOR***), Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g ( ***RYB, SEL***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Surówka z kalafiora z papryką 150g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Kiełbasa krakowska podsuszana 30g ( ***GLU***), |

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

| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Hummus 60g , Dżem niskosłodzony 1szt , Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g ( ***MLE***), Sos z truskawek 100ml , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Pasta z tofu z ziołami 60g ( ***MLE***), Szynka roślinna wieprzowa 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowo-bananowy bez cukru 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2202.91 kcal; Białko ogółem: 78.50 g; Tłuszcz: 54.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.96 g; Cholesterol: 251.73 mg; Węglowodany ogółem: 374.86 g; Cukry proste: 58.21 g; Sód: 891.74 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
|---|---|---|
| chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Margaryna 15g 1szt , Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem 90g ( ***GLU, MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (***RYB, SEL***), sałata lodowa z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), Masło 15 g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g ( ***GLU***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Filet drobiowy smażony , 90g ( ***GLU, JAJ***), Kasza gryczana 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Jogurt naturalny_100g 1Por ( ***MLE***), Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g ( ***SEL, GOR***), Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), Masło 15 g 1szt (***MLE***), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (***RYB, SEL***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem 90g ( ***GLU, MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (***RYB, SEL***), sałata lodowa z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2395.80 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 60.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.59 g; Cholesterol:288.59 mg; Węglowodany ogółem: 329.61 g; Cukry proste: 44.99 g; Sód: 1694.28 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , | Zapiekanka z kaszy i warzyw 250g ( ***GLU, SEL***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g ( ***SEL***), Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 20g , sałata lodowa z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Bułka maślana 1szt ( ***GLU, JAJ, MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Potrawka drobiowa 150g (***GLU, SEL***), Sałatka z selera z olejem 150g (***SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z łopatki 50g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g ( ***RYB, SEL***), mus z dyni z cynamonem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g ( ***MLE, SEL***), | Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***), |
| **II Śniadanie:** Zupa krem z warzyw 400ml ( ***SEL***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g ( ***MLE, SEL***), | Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***), |
| **II Śniadanie:** Zupa krem z warzyw 400ml ( ***SEL***), | **Podwieczorek:** Budyń płynny z masłem 250ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g ( ***GLU***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem i czosnkiem 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g (***SEL, GOR***), Kompot z gruszek z cukrem 250ml , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g ( ***RYB, SEL***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowo-ziołowa 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Barszcz czerwony 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem 90g ( ***GLU, MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot z gruszek z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (***RYB, SEL***), sałata lodowa z jogurtem 80g ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***), |

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

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta twarogowo-ziołowa 60g ( ***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Polędwica z pasieki 20g , | Barszcz czerwony bez śmietany 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka drobiowa duszona ze szpinakiem i czosnkiem 90g ( ***GLU, MLE***), Surówka z warzyw mieszanych z olejem 150g ( ***SEL, GOR***), Ziemniaki 150g , Kompot z gruszek bez cukru 250ml , Sos jarzynowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g ( ***RYB, SEL***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Kiełbasa krakowska podsuszana 30g ( ***GLU***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Ser żółty light 60g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Ogórkowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet mielony smażony 90g (***GLU, JAJ***), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Melon 150g , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z cebulą i ogórkiem 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), |
| | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Ser żółty light 60g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Ogórkowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet mielony smażony 90g (***GLU, JAJ***), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z cebulą i ogórkiem 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny_100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Ser żółty light 60g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g (***MLE***), Sos pomidorowy na passacie 100ml ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta drobiowo-warzywna z cebulą i ogórkiem 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), |
| **II Śniadanie:** Pestki dyni 20g , Jabłko 150g , | **Podwieczorek:** Brokuł gotowany z masłem 150g ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Manna na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Ser roślinny 20g ( ***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Ogórkowa bez śmietany 400ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet sojowy 100g , Mix warzyw gotowanych 150g ( ***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Paprykarz warzywny 60g ( ***GLU, GOR***), Szynka roślinna drobiowa 20g , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2310.05 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 72.01 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.19 g; Cholesterol: 253.70 mg; Węglowodany ogółem: 381.39 g; Cukry proste: 55.61 g; Sód: 1232.94 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g

| | | |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb razowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Ser żółty light 60g ( ***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z olejem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Ogórkowa 300ml ( ***GLU, MLE, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g ( ***GLU, JAJ***), Mix warzyw gotowanych z masłem 150g ( ***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Melon 150g , Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z cebulą i ogórkiem 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), |
| | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Ser deliser 2szt ( ***MLE***), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g ( ***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 150ml ( ***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Ser deliser 40g ( ***MLE***), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g ( ***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 100ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Dżem 1szt , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , Hummus 60g , |
| **II Śniadanie:** sok marchwiowo-owocowy 200ml , | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2323.51 kcal; Białko ogółem: 53.93 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.93 g; Cholesterol: 150.38 mg; Węglowodany ogółem: 371.65 g; Cukry proste: 52.94 g; Sód: 1441.58 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Ser deliser 2szt ( ***MLE***), Cukinia duszona z marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g ( ***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków z olejem 80g , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | Ryż na łopatce z warzywami i masłem /zmiksowany/ 500ml ( ***SEL***), | 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 : 2138.05 kcal; Białko ogółem: 72.14 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.55 g; Cholesterol: 317.70 mg; Węglow odany ogółem: 219.38 g; Cukry proste: 12.13 g; Sód: 1031.30 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | Ryż na łopatce z warzywami i masłem /zmiksowany/ 500ml ( ***SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Ser żółty light 60g ( ***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Kotlet mielony smażony 90g ( ***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna** | |
|---|---|---|
| Ryż na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraczków i jabłka 80g , |
| **II Śniadanie:** Melon 150g , | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

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

| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
|---|---|---|
| Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Ser żółty light 60g (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Zacierka na wywarze 300g ( ***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), |
| **II Śniadanie:** Jabłko 150g , | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2261.21 kcal; Białko ogółem: 64.08 g; Tłuszcz: 45.19 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.41 g; Cholesterol: 229.68 mg; Węglowodany ogółem: 256.34 g; Cukry proste: 19.83 g; Sód: 1170.54 mg; Błonnik pokarmowy: 35.76 g;



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml ( ***GLU, SEL***), Duszona roladka ze schabu faszerowana pieczarkami 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Kiwi 1szt , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek Haga 40g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml ( ***GLU, SEL***), Duszona roladka ze schabu faszerowana pieczarkami 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek Haga 40g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g (***SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| Kefir 200g 1szt (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml ( ***GLU, SEL***), Duszona roladka ze schabu faszerowana pieczarkami 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twarożek Haga 40g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Sałatka Caprese 100g (***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), Pestki dyni 20g , | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser żółty light 30g (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Makaron na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasztet sojowy 60g (***GLU, GOR***), Salami roślinne 20g , Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Kotlet szpinakowy 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Fasolka szparagowa 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , Hummus 60g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt kokosowy 100g 1Por ( ***MLE***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2227.49 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 58.39 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.30 g; Cholesterol: 174.04 mg; Węglowodany ogółem: 332.63 g; Cukry proste: 34.85 g; Sód: 1638.77 mg; Błonnik pokarmowy: 31.72 g;

| | | |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Pasta z białka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g (***SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| | |
|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa** |



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Kapuśniak z młodej kapusty 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g ( ***GLU***), Kasza jęczmienna 150g ( ***GLU***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Kiwi 1szt , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twarożek Haga 40g ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g ( ***GLU***), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g ( ***SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Dżem 2szt , Pasta z białka z koperkiem 50g ( ***JAJ, MLE***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Polędwica z pasieki 20g , | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Klopsik ze schabu gotowany 90g ( ***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g ( ***SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g ( ***GLU***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Miód 2szt , |
| **II Śniadanie:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta z jajka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Pasta z szynki 50g , Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Klopsik ze schabu gotowany 90g ( ***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sałatka z selera i marchwi z olejem 150g ( ***SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Sałatka z cukinii z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Jogurt naturalny_100g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (***MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Zupa krem z warzyw 400ml ( ***SEL***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (***MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Zupa krem z warzyw 400ml ( ***SEL***), | **Podwieczorek:** Budyń płynny z masłem 250ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g ( ***GLU***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sałatka z selera z natką pietruszki 150g ( ***SEL***), Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Twarożek Haga 40g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Sałatka Caprese 150g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g ( ***GLU***), Sałatka z selera z natką pietruszki 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , | Płatki orkiszowe na mleku 300ml ( ***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek Haga 40g ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Kefir 200g 1szt (***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g ( ***JAJ***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ziemniakami 300ml ( ***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g ( ***GLU***), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Sałatka z selera z natką pietruszki 150g ( ***SEL***), | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twarożek Haga 40g (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 40g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Sałatka Caprese 100g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), Pestki dyni 20g , | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser żółty light 30g ( ***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , arbuz 150g , Surówka z kapusty czerwonej 150g , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulą i szczypiorkiem 60g ( ***SEL***), Ser żółty light 20g (***MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Surówka z kapusty czerwonej 150g , | Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulą i szczypiorkiem 60g ( ***SEL***), Ser żółty light 20g (***MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Brokuł gotowany z masłem 150g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy 200g ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL*** ), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , | Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta wieprzowo-warzywna z cebulą i szczypiorkiem 60g ( ***SEL***), Ser żółty light 20g (***MLE***), Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Brokuł gotowany z masłem 150g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Schab z kija 30g , Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Manna na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z tofu z ziołami 60g (***MLE***), Szynka roślinna wieprzowa 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet buraczany 90g ( ***GLU, JAJ, RYB***), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Kasza jęczmienna 150g ( ***GLU***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Ćwikła z chrzanem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Ser roślinny 20g ( ***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Jogurt kokosowy 100g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt ( ***GLU, SOJ, MLE, ORZ***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2127.11 kcal; Białko ogółem: 83.41 g; Tłuszcz: 58.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.70 g; Cholesterol: 232.88 mg; Węglowodany ogółem: 375.20 g; Cukry proste: 57.88 g; Sód: 1266.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa** | |



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

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

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

| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Cukinia gotowana z koncentratem 80g , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g (***MLE***), | **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet sojowy 100g , Ziemniaki 150g , sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Pasta warzywna 60g ( ***SEL***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2291.58 kcal; Białko ogółem: 57.84 g; Tłuszcz: 98.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 52.31 g; Cholesterol: 269.50 mg; Węglowodany ogółem: 376.65 g; Cukry proste: 56.78 g; Sód: 1294.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.35 g;

| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g ( ***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL***), Pulpet z morszczuka gotowany 90g ( ***GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL***), sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Serek tartare 20g 1Por ( ***MLE***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Serek wiejski 200g (***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **piątek 2026-10-16** | **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, SEL***), | Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| **piątek 2026-10-16** | **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, SEL***), | Ryż z dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***), |
| **II Śniadanie:** Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2391.01 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.54 g; Cholesterol: 269.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.11 g; Cukry proste: 16.23 g; Sód: 1802.11 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa** | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 20g ( ***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g ( ***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Pomidorowa z makaronem 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Ser żółty light 20g (***MLE***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Manna na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), | Pomidorowa z makaronem 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), sos grecki 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , | Płatki jęczmienne na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** arbuz 150g , | | **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), |

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

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g ( ***GLU***), | Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml ( ***GLU, JAJ, SEL***), Filet z moszczuka w folii z pieca 120g ( ***RYB***), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , sos grecki 150g (***GLU, SEL***), | Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g ( ***SEL***), Ser żółty light 20g (***MLE***), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Ćwikła bez chrzanu 30g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko 150g , | **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 30g , Chleb razowy 30g (***GLU***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g ( ***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Solferino 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Jabłko 150g , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g ( ***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Solferino 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko 150g , | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***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;

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL*** ), Szynkowa dębowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko gotowane 150g , | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów** | |
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g ( ***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Solferino 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Roladka z szynki duszona z pieczarkami 90g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka bez cukru 250ml , Sos pietruszkowy bez mąki 100g ( ***MLE, SEL***), Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , | Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL*** ), Szynkowa dębowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** surówka z selera i marchwi 100g ( ***SEL***), | **Podwieczorek:** Serek grani 200g , Pestki słonecznika 20g (***GLU, ORZ***), | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D04- Wegańska** | |
| Makaron na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Szynka roślinna drobiowa 20g , Paprykarz warzywny 60g ( ***GLU, GOR***), Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Solferino 300ml ( ***GLU, SEL, GOR***), Gołąbek wegetariański z ryżu 90g , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), Masło roślinne 15g ( ***MLE***), Salami roślinne 20g , Pasztet sojowy 60g ( ***GLU, GOR***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jogurt migdałowy 100g 1Por ( ***MLE***), | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2106.92 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 77.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.40 g; Cholesterol: 256.50 mg; Węglowodany ogółem: 343.68 g; Cukry proste: 58.41 g; Sód: 1667.67 mg; Błonnik pokarmowy: 31.80 g;

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D05 - Niskotłuszczowa** | |
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Margaryna 15g 1szt , chleb pszenny 100g ( ***GLU***), galaretka drobiowa z warzywami 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL*** ), Szynkowa dębowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko gotowane 150g , | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| | | |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa** | |



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt ( ***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g ( ***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Solferino 300ml (***GLU, SEL, GOR***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Jabłko 150g , Surówka orientalna z oliwą z oliwek 150g , | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Chleb baltonowski 100g ( ***GLU***), galaretka drobiowa z warzywami 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL*** ), Szynkowa dębowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko gotowane 150g , | **Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por ( ***MLE***), | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g ( ***MLE***), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Potrawka drobiowa 150g (***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 150ml ( ***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g ( ***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Hummus 60g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Dżem 1szt , |
| **II Śniadanie:** Jabłko gotowane 150g , | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Potrawka drobiowa 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Sałatka z marchwi z olejem 150g , Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), galaretka drobiowa z warzywami 120g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL*** ), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Sałatka z selera z olejem 80g ( ***SEL***), Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko gotowane 150g , | | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

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

| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (***MLE, SEL***), | 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 : 2062.05 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.83 g; Cholesterol: 334.70 mg; Węglowodany ogółem: 215.67 g; Cukry proste: 18.77 g; Sód: 987.70 mg; Błonnik pokarmowy: 25.88 g;

| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona** | |
|---|---|---|
| Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***), | Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g ( ***MLE, SEL***), | Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***), |
| **II Śniadanie:** Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g ( ***MLE***), | **Podwieczorek:** Zupa krem z warzyw 400ml ( ***SEL***), | **Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |

**Wartości odżywcze:** Energia : 2247.65 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g; Cholesterol: 299.10 mg; Węglowodany ogółem: 255.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa** | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g ( ***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Ziemniaki 150g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 20g , galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko 150g , | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**

# Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna | |
|---|---|---|
| Zacierka na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por ( ***MLE***), Mus z dyni 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml ( ***GLU, MLE***), | Ziemniaki 150g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g ( ***GLU, SEL***), | Płatki owsiane na mleku 300ml ( ***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL*** ), Szynkowa dębowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** Jabłko gotowane 150g , | | **Posiłek nocny:** Kefir 200g 1szt (***MLE***), |

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

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów | |
|---|---|---|
| jogurt naturalny 150g 1Por ( ***MLE***), Chleb razowy 75g ( ***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z białej rzodkwi z sałatą, jogurtem i koperkiem 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), | Ziemniaki 150g , Koperkowa z ryżem 300ml ( ***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki i jabłka bez cukru 250ml , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Sałata lodowa z dresingiem 80g , | Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 20g , galaretka drobiowa z warzywami 120g ( ***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , |
| **II Śniadanie:** surówka z selera i marchwi 100g ( ***SEL***), | **Podwieczorek:** Jabłko 150g , | **Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***), |

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



**Własność Rebus Sp. z o. o.. Wszelkie prawa zastrzeżone**