Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (***GLU***), Chleb razowy 30g*(GLU),* masło 15g 1szt (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	barszcz ukraiński ze śmietaną 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy smażony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z ogórka kiszonego i papryki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Schab z kija 20g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g sezamu
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	barszcz ukraiński ze śmietaną 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy smażony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Sałatka z ogórka kiszonego i papryki 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Schab z kija 20g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Podwieczorek:** Maślanka 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
Kefir 200g 1szt (***MLE***), Margaryna 15g 1szt , Chleb razowy 75g (***GLU***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ogórek świeży 80g ,	barszcz ukraiński ze śmietaną 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Sałatka z ogórka kiszonego i papryki 150g ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Schab z kija 20g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką z ziołami 50g (***MLE***), Chleb razowy 30g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 150g (***GLU, MLE, ORZ***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Kiełbasa krakowska podsuszana 30g (***GLU***),

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

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Manna na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Hummus 60g , Dżem niskosłodzony 1szt , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLU, SEL***), Gołąbek z kaszy jęczmiennej 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Ser roślinny 20g (***MLE***), Pasta z tofu z ziołami 60g (***MLE***), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2257.47 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.71 g; Cholesterol: 133.38 mg; Węglowodany ogółem: 378.44 g; Cukry proste: 59.74 g; Sód: 883.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g:

niedziela 2026-10-18	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka z piersią kurczaka 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Schab z kija 20g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g (***SEL***),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	barszcz ukraiński ze śmietaną 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (GLU), Sałatka z ogórka kiszonego i papryki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (***GOR***), Schab z kija 20g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Sos jarzynowy 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***), Schab z kija 20g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Podwieczorek:** Maślanka 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), Pasta z białka z warzywami i jogurtem 60g (***JAJ, MLE, SEL***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Miód 1szt ,	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Frykadelka warzywna 100g , Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Pasta warzywna 60g (***SEL***),
II Śniadanie: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z szynki 60g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik ze schabu gotowany 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Mus z dyni 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-18	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: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-18	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: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ogórek świeży 80g ,	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Sos jarzynowy 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***), Schab z kija 20g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

niedziela 2026-10-18	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
Kefir 200g 1szt (***MLE***), Margaryna 15g 1szt , Chleb razowy 75g (***GLU***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Ogórek świeży 80g ,	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka ze schabu duszona 90g (***GLU***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 150g (***SEL***), Sos jarzynowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 20g , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g ,
II Śniadanie: Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką z ziołami 50g (***MLE***), Chleb razowy 30g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Maślanka 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Kiełbasa krakowska podsuszana 30g (***GLU***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Pomarańcza 150g , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g (***GLU***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Sałatka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g (***GLU***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Sałatka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**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 , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Sałatka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g ,	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***), Sałatka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Sałatka z fasoli i pomidora 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (***MLE***), Pestki dyni 20g ,	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***), Borówki 30g ,	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Ryż na mleku roślinnym 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Szynka roślinna drobiowa 60g , Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Sałatka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa bez śmietany 400ml (***GLU, SEL***), Kotlet szpinakowy 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków z olejem 150g , Kompot z jabłka z miętą 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***), Pasta z grillowanego bakłażana 60g , Sałatka z białej rzodkwi z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Ryż na mleku 150ml (***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g ,	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków z olejem 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz warzywny 60g (***GLU, GOR***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Smoothie truskawkowo - bananowe 250ml (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2257.47 kcal; Białko ogółem: 59.69 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.71 g; Cholesterol: 133.38 mg; Węglowodany ogółem: 378.44 g; Cukry proste: 59.74 g; Sód: 883.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g:

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Puree z marchewki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Kalafiorowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z szynki 50g , Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata**	
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***),	Ziemniaczanka na łopatce /zmiksowana/ 500g (***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 : 2032.45 kcal; Białko ogółem: 64.57g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.26 g; Cholesterol: 237.35 mg; Węglowodany ogółem: 216.34 g; Cukry proste: 11.45g; Sód: 1187.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona**	
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***),	Ziemniaczanka na łopatce /zmiksowana/ 500g (***MLE, SEL***),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***),
II Śniadanie: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (***GLU, SEL***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	**Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Kiełbasa krakowska podsuszana 20g (***GLU***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-19	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko gotowane 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-19	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 , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z mixu sałat i ogórka z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków z olejem 150g , Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g , Pestki dyni 20g ,	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***), Borówki 30g ,	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Schab z kija 20g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko pieczone z pieca 150g , Surówka z marchwi i pora z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Jabłko 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 60g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Schab z kija 20g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko pieczone z pieca 150g , Surówka z marchwi i pora z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 60g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***),
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	**Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE),Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych 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***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (MLE),Schab z kija 20g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Surówka z marchwi i pora z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***),
II Śniadanie: Surówka z kapusty białej z olejem rzepakowym 150g (***SOJ, GOR***),	**Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Ser żółty light 30g (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Manna na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasztet sojowy 60g (***GLU, GOR***), Pasta ze słonecznika z pomidorami 60g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Rosół warzywny z makaronem nitki 400ml (***GLU, SEL***), Risotto warzywne 250g (***SEL***), Surówka z marchwi i pora z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , Hummus 60g , Herbata bez cukru 250ml , Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***),
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2165.83 kcal; Białko ogółem: 87.62 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.04 g; Cholesterol: 192.70 mg; Węglowodany ogółem: 379.64 g; Cukry proste: 60.45 g; Sód: 1141.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (MLE),Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Schab z kija 20g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Surówka z marchwi i pora z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml , Jabłko 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z cebulką i ogórkiem kiszonym 60g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml , Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***),
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

Wartości odżywcze: Energia : 2378.16 kcal; Białko ogółem: 88.35 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.54 g; Cholesterol: 278.69 mg; Węglowodany ogółem: 366.47 g; Cukry proste: 57.55 g; Sód: 1456.25 mg; Błonnik pokarmowy: 45.47 g;

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE),Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych 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***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Manna na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE),Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Dżem 1szt ,	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Kotlet szpinakowy 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), 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 80g (***GOR***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

Wartości odżywcze: Energia : 2322.58 kcal; Białko ogółem: 57.65 g; Tłuszcz: 92.24 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 34.53 g; Cholesterol: 259.59 mg; Węglowodany ogółem: 340.39 g; Cukry proste: 46.38 g; Sód: 993.97 mg; Błonnik pokarmowy: 30.64 g;

wtorek 2026-10-20	**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 z łopatki 60g , mus z jabłka 80g , 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***), Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**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 masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***),
II Śniadanie: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	**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 masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***),
II Śniadanie: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń płynny z masłem 250ml (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

wtorek 2026-10-20	**Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko pieczone z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (MLE),Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

wtorek 2026-10-20	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Schab z kija 20g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Rosół z makaronem nitki z mąki durum 300ml (***GLU, SEL***), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Marchew gotowana oprószana 150g (***GLU***), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 1Por (***MLE***), Sałatka ryżowa z mintajem gotowanym 100g (***RYB, MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	**Podwieczorek:** sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Ser żółty light 30g (***MLE***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (***GLU, SEL, GOR***), wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (***GLU***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Melon 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (***GLU, SEL, GOR***), wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (***GLU***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (***MLE***), Mus jabłko/marchew/cukinia 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
jogurt naturalny 150g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (***GLU, SEL, GOR***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***),	Margaryna 15g 1szt , Chleb razowy 75g (***GLU***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Brokuł gotowany ze słonecznikiem 150g (***GLU, MLE, ORZ***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***),

Wartości odżywcze: Energia : 2313.46 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 58.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.47 g; Cholesterol: 279.52 mg; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Cukry proste: 6.04 g; Sód: 1621.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.14 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Makaron na mleku roślinnym 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z tofu z ziołami 60g (***MLE***), Szynka roślinna drobiowa 60g , Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (***GLU, SEL, GOR***), Kotlet buraczany 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Ser roślinny 20g (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2164.91 kcal; Białko ogółem: 89.76 g; Tłuszcz: 49.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.38 g; Cholesterol: 265.98 mg; Węglowodany ogółem: 332.66 g; Cukry proste: 46.71 g; Sód: 1582.35 mg; Błonnik pokarmowy: 30.32 g;

środa 2026-10-21	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (***MLE***), Mus jabłko/marchew/cukinia 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Margaryna 10g 1szt , chleb pszenny 100g (***GLU***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2311.44 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 46.43 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.05 g; Cholesterol: 276.98 mg; Węglowodany ogółem: 359.73 g; Cukry proste: 31.68 g; Sód: 1903.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (***GLU, SEL, GOR***), wątróbka drobiowa duszona z cebulą i jabłkiem 110g (***GLU***), Fasolka szparagowa 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Melon 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Sałatka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2352.05 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.73 g; Cholesterol: 264.27 mg; Węglowodany ogółem: 385.66 g; Cukry proste: 54.69 g; Sód: 1046.87 mg; Błonnik pokarmowy: 46.01 g;

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (***MLE***), Mus jabłko/marchew/cukinia 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2378.23 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.51 g; Cholesterol: 301.78 mg; Węglowodany ogółem: 300.82 g; Cukry proste: 34.76 g; Sód: 1781.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.81 g;

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa	
Makaron durum na mleku 150ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 60g , Mus jabłko/marchew/cukinia 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt ,	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Kotlet buraczany 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta warzywna 60g (***SEL***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml , Miód 1szt ,
II Śniadanie: Sok owocowy 200ml 1szt ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2205.51 kcal; Białko ogółem: 54.54 g; Tłuszcz: 50.72 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.92 g; Cholesterol: 246.60 mg; Węglowodany ogółem: 375.03 g; Cukry proste: 58.33 g; Sód: 1159.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Ser deliser 2szt (***MLE***), Mus jabłko/marchew/cukinia 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Potrawka wieprzowo-warzywna 150ml (***GLU, SEL***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z szynki 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera z natką pietruszki 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 283.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 31.17 g;

środa 2026-10-21	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 dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***),
II Śniadanie: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (***GLU, SEL***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2124.68 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.48 g; Cholesterol: 258.37 mg; Węglowodany ogółem: 224.85 g; Cukry proste: 14.85 g; Sód: 1289.84 mg; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

środa 2026-10-21	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 dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***),
II Śniadanie: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (***GLU, SEL***),	**Podwieczorek:** Zupa krem z warzyw 400ml (***SEL***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 283.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 28.17 g;

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser żółty light 40g (***MLE***), Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2315.64 kcal; Białko ogółem: 92.81 g; Tłuszcz: 66.81 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.93 g; Cholesterol: 289.37 mg; Węglowodany ogółem: 328.01 g; Cukry proste: 25.54 g; Sód: 1152.39 mg; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Ser deliser 2szt (***MLE***), Mus jabłko/marchew/cukinia 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pomidorowa z ryżem bez śmietany 300ml (***SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot truskawkowy z cukrem 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana gęsta 150g (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera i jabłka z olejem 80g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

środa 2026-10-21	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
jogurt naturalny 150g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Ser żółty light 40g (***MLE***), Szynka z piersią kurczaka 40g , Sałatka z pomidora z koperkiem i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa z czerwonej soczewicy 300ml (***GLU, SEL, GOR***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Ziemniaki 150g , Fasolka szparagowa 150g , Sos koperkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 60g (***GLU***), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl z czarnej porzeczki bez cukru 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***),

Wartości odżywcze: Energia : 2147.17 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 55.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.48 g; Cholesterol: 273.83 mg; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Cukry proste: 34.86 g; Sód: 1779.81 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Colesław 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Jarzynowa z brukselką 300g (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), mizeria z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , arbuz 150g , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Colesław 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Jarzynowa z brukselką 300g (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), mizeria z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), Pestki dyni 30g ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Sos jarzynowy 100ml (***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 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**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***), Colesław 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Jarzynowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL, GOR***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 40g 40g (***MLE***), sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka wiosenna 150g ,	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), Pestki dyni 30g ,	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Kiełbasa krakowska podsuszana 30g (***GLU***),

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Manna na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Szynka roślinna drobiowa 20g , Paprykarz warzywny 60g (***GLU, GOR***), Colesław 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlet sojowy 100g , Sałatka z buraczków i jabłka 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***), Pasztet sojowy 60g (***GLU, GOR***), Pasta z grillowanego bakłażana 60g , sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Schab z kija 20g , Pasta z białka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**	

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Colesław 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Jarzynowa z brukselką 300g (***GLU, MLE, SEL, GOR***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), mizeria z jogurtem 150g (***MLE***), Kasza gryczana 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , arbuz 150g , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Biodrówka z piekarnika 40g (***GLU***), Serek tartare 40g 40g (***MLE***), sałatka z pomidora i szczypiorku 80g , 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: 45.89 g;

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (***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 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń waniliowy 200ml (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Manna na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z jajka z warzywami i szczypiorkiem 60g (***SEL, GOR***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Schab z kija 20g ,	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (***MLE***), Sos z truskawek 100ml , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 150ml (***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Paprykarz warzywny 60g (***GLU, GOR***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Dżem niskosłodzony 1szt ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 400g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***), Ziemniaki 150g , Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta drobiowo-warzywna z natką pietruszki 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Puree z marchewki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**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: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2211.86 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 238.75 mg; Węglowodany ogółem: 263.75 g; Cukry proste: 19.85 g; Sód: 1727.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

czwartek 2026-10-22	**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: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (***GLU, SEL***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	**Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), mizeria z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-10-22	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 20g , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy 100ml (***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 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2026-10-22	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***), Cukinia duszona z tartą marchewką i koncentratem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zacierka na wywarze 300g (***GLU, SEL***), Kotlecik z indyka pieczony 90g (***GLU, JAJ***), mizeria z jogurtem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 40g , Serek tartare 40g 40g (***MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka wiosenna 150g ,	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Kiełbasa krakowska podsuszana 30g (***GLU***),

Wartości odżywcze: Energia : 2175.82 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 49.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.54 g; Cholesterol: 288.65 mg; Węglowodany ogółem: 238.63 g; Cukry proste: 6.97 g; Sód: 1463.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pieczarkowa z makaronem z mąki durum 400ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Pomarańcza 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasztet drobiowy 60g (***GLU, GOR***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pieczarkowa z makaronem z mąki durum 400ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasztet drobiowy 60g (***GLU, GOR***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka jarzynowa na jogurcie 100g (***JAJ, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml , Sos grecki z cukinią 150g ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasztet drobiowy 60g (***GLU, GOR***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***),	**Podwieczorek:** Surówka z kalafiora z papryką 150g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 30g (***GLU***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Ryż na mleku roślinnym 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Hummus 60g , Pasta ze słonecznika z pomidorami 60g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pieczarkowa z makaronem z mąki durum 400ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Kotlet rybny wegański 90g (***GLU***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z tofu z ziołami 60g (***MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2278.47 kcal; Białko ogółem: 79.38 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.01 g; Cholesterol: 175.57 mg; Węglowodany ogółem: 367.94 g; Cukry proste: 59.43 g; Sód: 1197.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka jarzynowa na jogurcie 100g (***JAJ, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Pieczarkowa z makaronem z mąki durum 400ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Pomarańcza 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasztet drobiowy pieczony 60g (***GLU, GOR***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka jarzynowa na jogurcie 100g (***JAJ, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Ryż na mleku 150ml (***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Miód 1szt ,	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Kotlet sojowy 100g , Ziemniaki 150g , Sos grecki z cukinią 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałatka jarzynowa na jogurcie 100g (***JAJ, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250ml , Szynkowa dębowa drobiowa 20g ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

Wartości odżywcze: Energia : 2165.48 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.00 g; Cholesterol: 252.70 mg; Węglowodany ogółem: 361.42 g; Cukry proste: 55.22 g; Sód: 846.98 mg; Błonnik pokarmowy: 30.47 g;

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Mus z dyni i jabłka 80g , 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 z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Pasta z łopatki 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka jarzynowa na jogurcie 100g (***JAJ, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	**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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2026-10-23	**Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasztet drobiowy 60g (***GLU, GOR***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Polędwica z pasieki 20g , Mus z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka jarzynowa na jogurcie 100g (***JAJ, SEL, GOR***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),		**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),

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

piątek 2026-10-23	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
Maślanka 200g (***MLE***), Margaryna 15g 1szt , Chleb razowy 75g (***GLU***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Mus z dyni i jabłka 80g , Polędwica z pasieki 20g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Dorsz z pieca w folii 120g (***RYB***), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z cukrem 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasztet drobiowy pieczony 60g (***GLU, GOR***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna z nasionami sezamu 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***),	**Podwieczorek:** Pomarańcza 150g ,	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 30g (***GLU***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Kiełbasa krakowska podsuszana 40g (***GLU***), Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Surówka z kapusty młodej z marchewką i olejem 150g (***SOJ, GOR***), Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml , arbuz 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***),	Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Kiełbasa krakowska podsuszana 40g (***GLU***), Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Surówka z kapusty młodej z marchewką i olejem 150g (***SOJ, GOR***), Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (***GLU, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
Skyr naturalny 200g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Surówka z kapusty młodej z marchewką i olejem 150g (***SOJ, GOR***), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), kompot truskawkowy z jabłkiem bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (***GLU, MLE, ORZ***),	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Szynka roślinna drobiowa 60g , Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (***MLE***), Sos z truskawek 100ml , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Paprykarz warzywny 60g (***GLU, GOR***), Ser roślinny 20g (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Schab z kija 40g , Margaryna 10g 1szt , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Surówka z kapusty młodej z marchewką i olejem 150g (***SOJ, GOR***), Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml , arbuz 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (***GLU, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Makaron durum na mleku 150ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), zapiekanka z kaszy i warzyw 250g (***GLU, SEL***), Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), Płatki orkiszowe na mleku 150ml (***MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta warzywna 80g (***SEL***), Dżem niskosłodzony 1szt , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: kisiel b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta**	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Potrawka drobiowa 150g (***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D11 - Papkowata**	
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (***GLU, 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 : 2084.37 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.84 g; Cholesterol: 327.83 mg; Węglowodany ogółem: 225.74 g; Cukry proste: 24.78 g; Sód: 874.83 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

sobota 2026-10-24	**Jadłospis dla diety: D12 - Płynna wzmocniona**	
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (***GLU, JAJ, MLE***),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (***GLU, SEL***),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***),
II Śniadanie: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń płynny z masłem 250ml (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-10-24	Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Kiełbasa krakowska podsuszana 40g (***GLU***),	Zupa krem z dyni ze śmietaną i pestkami dyni 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Makaron durum na mleku 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Schab z kija 40g ,	Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (***GLU, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (***GLU, SEL***), kompot truskawkowy z jabłkiem z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

sobota 2026-10-24	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
Skyr naturalny 200g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Sałatka grecka 80g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Schab z kija 40g ,	Zupa krem z dyni bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Roladka z piersi kurczaka duszona 90g (***GLU***), Sałatka z marchwi z natką pietruszki z olejem 150g , Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), kompot truskawkowy z jabłkiem bez cukru 250ml ,	Margaryna 15g 1szt , Chleb razowy 75g (***GLU***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z ogórka świeżego z sałatą 80g , Herbata bez cukru 250ml , Szynkowa dębowa 60g ,
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (***GLU, MLE, ORZ***),	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg 50g (***MLE***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***), Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), pasta z tuńczyka i jajka z cebulą i korniszonem 60g (***JAJ, RYB***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa 300ml (***GLU, MLE, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), CChleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), pasta z tuńczyka i jajka z cebulą i korniszonem 60g (***JAJ, RYB***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
Kefir 200g 1szt (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , pasta z tuńczyka i jajka z cebulą i korniszonem 60g (***JAJ, RYB***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka z fasoli i pomidora 100g ,	**Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 25g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Pasztet drobiowy 40g (***GLU, GOR***),

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Manna na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Salami roślinne 60g , Pasztet sojowy 60g (***GLU, GOR***), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa bez śmietany 300g (***GLU, SEL***), Kotlet sojowy 100g , Mizeria z jogurtem roślinnym 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Hummus 60g , Pasta z awokado z ziołami 60g (***MLE***), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: arbuz 150g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Miód 1szt , Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Pasta warzywna 80g (***SEL***),	Brokułowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (***MLE***), sos waniliowy z/c 140ml (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml , Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***),
II Śniadanie: chrupki 30g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z szynki 60g , Ser deliser 2szt (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Brokułowa bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Potrawka ze schabu 150g (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Puree z dyni 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	**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: Twarożek z mlekiem i jabłkiem /zmiksowane/ 60g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),	

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

niedziela 2026-10-25	**Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa**	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser żółty light 40g (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g ,	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-10-25	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Manna na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Jabłko gotowane 150g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków z olejem i natką pietruszki 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka z cukrem 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor bez skóry 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek naturalny Bieluch 200g 1Por ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2026-10-25	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
Kefir 200g 1szt (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 40g (***GLU***), Ser deliser 2szt (***MLE***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z mixu sałat, papryki i rzodkiewki z czarnuszką i dresingiem 80g ,	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (***GLU, SEL***), Schab duszony z pieca 90g (***GLU***), Mizeria z jogurtem i koperkiem 150g (***MLE***), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Sos jarzynowy 100ml (***GLU, SEL***),	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta z twarogu i gotowanego mintaja z koperkiem 60g (***RYB, MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Pieczywo razowe wasa 2szt (***GLU***), Jogurt naturalny 100g 1Por (***MLE***),	**Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Pasztet drobiowy pieczony 40g (***GLU, GOR***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony z ciecierzycą 300g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet mielony z pieca 90g (***GLU, JAJ***), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Pomarańcza 150g ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
		Posiłek nocny: Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony z ciecierzycą 300g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet mielony z pieca 90g (***GLU, JAJ***), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g ,	**Podwieczorek:** Pomarańcza 150g ,	**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera z ziołami 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Skyr naturalny 200g 1Por (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałatka Caprese 150g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sałatka brokułowa z fetą i słonecznikiem 150g (***GLU, MLE, ORZ***),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 30g ,

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt , Pasta z tofu z ziołami 60g (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Sznycel wegański 90g (***GLU***), Surówka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Makaron na mleku roślinnym 300ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Szynka roślinna drobiowa 60g , Pasta z ciecierzycy z kuminem 60g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Pasta z białka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera z ziołami 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa**

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

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

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera z ziołami 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki 200g ,	**Podwieczorek:** Skyr naturalny 150g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa**	
Płatki owsiane na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Sałatka z selera z ziołami 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Pasta z białka z koperkiem 60g (***JAJ, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml , Miód 25g , Pasta z ciecierzycy z warzywami 60g ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Sałatka z selera z ziołami 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta wieprzowo-warzywna z natką pietruszki 60g (***SEL***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**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 dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	**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 dorszem gotowanym i warzywami /zmiksowane/ 500ml (***RYB, SEL***),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Zupa krem z dyni bez śmietany 400ml (***GLU, SEL***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2026-10-26	**Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa**	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Płatki owsiane na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka z selera z ziołami 80g (***SEL***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos koperkowy 100ml (***GLU, SEL***), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Schab z kija 40g , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,		**Posiłek nocny:** Maślanka 200g (***MLE***),

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

poniedziałek 2026-10-26	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
Maślanka 200g (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Jajko gotowane 60g (***JAJ***), Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml (***GLU, SEL***), Klopsik wieprzowy duszony 90g (***GLU, JAJ***), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos jarzynowy bez mąki 100g (***MLE, SEL***), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Serek tartare 20g 2Por (***MLE***), Schab z kija 40g , sałata lodowa z jogurtem 80g (***MLE***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z czarnej porzeczki b/c 200g ,	**Podwieczorek:** Skyr naturalny 150g (MLE),	**Posiłek nocny:** Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 30g ,

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: D01 - Podstawowa**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z awokado i ziołami 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Melon 150g , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), CChleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałata lodowa 30g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: D01 SP - Podstawowa wzbogacona**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), Pasta twarogowa z awokado i ziołami 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałata lodowa 30g ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),	**Podwieczorek:** Melon 150g ,	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: D02 - Łatwostrawna**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), masło 15g 1szt (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Melon 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: D03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów**	
jogurt naturalny 150g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta twarogowa z awokado i ziołami 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (***GLU***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 60g , Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałata lodowa 30g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	**Podwieczorek:** Trio warzywne z masłem 150g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Ser żółty light 30g (***MLE***), Chleb razowy 25g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt ,

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

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: D04- Wegańska**	
Ryż na mleku roślinnym 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Paprykarz warzywny 60g (***GLU, GOR***), Pasta ze słonecznika z pomidorami 60g , Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem roślinnym bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet buraczany 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300ml (***GLU, MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), Masło roślinne 15g (***MLE***), Pasztet sojowy 60g (***GLU, GOR***), Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Pasta z grillowanego bakłażana 60g , Sałata lodowa 30g ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2269.99 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 51.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.32 g; Cholesterol: 148.10 mg; Węglowodany ogółem: 391.51 g; Cukry proste: 58.27 g; Sód: 1107.50 mg; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

wtorek 2026-10-27	**Jadłospis dla diety: D05 - Lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt , Szynkowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Maślanka 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

Wartości odżywcze: Energia : 2335.55 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 47.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.10 g; Cholesterol: 236.29 mg; Węglowodany ogółem: 359.96 g; Cukry proste: 55.33 g; Sód: 1405.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: D06 - bogatoresztkowa	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z awokado i ziołami 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Melon 150g , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb razowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałata lodowa 30g ,
		Posiłek nocny: Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: D07 - Wysokobiałkowa	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: D08 - Niskobiałkowa	
Ryż na mleku 150ml (***MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***), Dżem niskosłodzony 1szt ,	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kotlet szpinakowy 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (***GLU, MLE***), Chleb niskobiałkowy 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa drobiowa 20g , Pasta warzywna 60g (***SEL***), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon 150g ,		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: D10 - Przetarta	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Pasta z łopatki 60g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Potrawka z łopatki 150ml (***GLU, SEL***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta ze schabu 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Serek wiejski 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

wtorek 2026-10-27	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 masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (***MLE***),
II Śniadanie: Maślanka z jabłkiem /zmiksowane/ 200g (***MLE***),		**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2190.87 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 64.23 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.38 g; Cholesterol: 266.57 mg; Węglowodany ogółem: 237.15 g; Cukry proste: 14.74 g; Sód: 1247.62 mg; Błonnik pokarmowy: 26,14g;

wtorek 2026-10-27	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:** Budyń płynny z masłem 250ml (***GLU, JAJ, MLE***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: C01 - Podstawowa	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Pasta twarogowa z awokado i ziołami 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem ze śmietaną 300ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy 100ml (***GLU, SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 70g (GLU), Chleb razowy 30g(GLU), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałata lodowa 30g ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

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

Kamil Karluto
DIETETYK

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: C02 - Łatwostrawna	
Ryż na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Twaróg z jogurtem 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem 300ml (***GLU, JAJ, SEL***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Sałata lodowa z dresingiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki z cukrem 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (***MLE***), Chleb baltonowski 100g (***GLU***), masło 15g 1szt (***MLE***), Szynkowa dębowa 60g , Cukinia duszona z ziołami 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***),
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (***GLU, JAJ, MLE***),		**Posiłek nocny:** Baton naturalny 35g 1szt (***GLU, SOJ, MLE, ORZ***),

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

wtorek 2026-10-27	Jadłospis dla diety: C03 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
jogurt naturalny 150g 1Por (***MLE***), Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Pasta twarogowa z awokado i ziołami 60g (***MLE***), Szynka delikatesowa z fileta 20g (***GLU***), Sałatka z pomidora ze słonecznikiem 80g (***GLU, ORZ***), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (***GLU, MLE***),	Selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (***GLU***), Bitka z szynki gotowana 90g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej i papryki z koperkiem 150g , Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Kompot z czerwonej porzeczki bez cukru 250ml , Sos pomidorowy na passacie 100ml (***SEL***),	Chleb razowy 75g (***GLU***), Margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa 60g , Ogórek świeży 50g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 20g 1Por (***MLE***), Sałata lodowa 30g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	**Podwieczorek:** Serek wiejski 200g (***MLE***),	**Posiłek nocny:** Ser żółty light 30g (***MLE***), Chleb razowy 30g (***GLU***), Margaryna 10g 1szt ,

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

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