

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i zieloną pietruszką 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pieczarkowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g, Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 100g, Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml, Pomarańcza 150g,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU), Ogórek świeży 80g, szczypior 3g, herbata z cukrem 250ml,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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 2025-06-30 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i zieloną pietruszką 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pieczarkowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g, Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 100g, Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU), Ogórek świeży 80g, szczypior 3g, herbata z cukrem 250ml,
II Śniadanie: kisiel z truskawkami 200g,	Podwieczorek: Pomarańcza 150g,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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 2025-06-30 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i zieloną pietruszką 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g, Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 100g, Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 30g, Ser żółty 60g (MLE), Ogórek świeży 80g, Herbata bez cukru 250ml, szczypior 3g,
II Śniadanie: kisiel z truskawkami b/c 200g,	Podwieczorek: Trio warzywnie gotowane 150g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 25g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE),

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 2025-06-30 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt, Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i zieloną pietruszką 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g, Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 100g, Ziemniaki 150g, Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt, Kurczak gotowany 60g, Twarożek hąga 2szt (MLE), Ogórek świeży 80g, szczypior 3g, herbata z cukrem 250ml,
II Śniadanie: Kisiel z truskawkami 200g,	Podwieczorek: Trio warzywnie gotowane 150g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Energia : 2326.66 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.98 g; Cholesterol: 195.51 mg; Węglowodany ogółem: 374.37 g; Cukry proste: 43.47 g; Sód: 894.60 mg; Błonnik pokarmowy: 32.73 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ryż na łąpatce z masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL),	Ryż na łąpatce z masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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: 8.82 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ryż na łąpatce z masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL),	Ryż na łąpatce z masłem /zmiksowany/ 500ml (SEL),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Manna na wywarze z łąpatką /zmiksowana/ 500ml (GLU, SEL),	

Wartości odżywcze: Energia : 2232.74 kcal; Białko ogółem: 83.48 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 21.25 g; Cholesterol: 264.48 mg; Węglowodany ogółem: 252.78 g; Cukry proste: 10.47 g; Sód: 1234.46 mg; Błonnik pokarmowy: 14.47 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta ze schabu 60g , Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>),			Koperkowa z ryżem 400ml (<i>SEL</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
			Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z fileta z kurczaka 30g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-06-30			Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta jajeczno-warzywna z jogurtem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),			Koperkowa z ryżem 400ml (<i>SEL</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),
			Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-06-30			Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Pasta z białka z warzywami i jogurtem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),			Koperkowa z ryżem 400ml (<i>SEL</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g ,
II Śniadanie: kisiel z truskawkami 200g ,			Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2366.01 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 29.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 7.41 g; Cholesterol: 185.91 mg; Węglowodany ogółem: 374.19 g; Cukry proste: 46.44 g; Sód: 1015.63 mg; Błonnik pokarmowy: 35.43 g;

poniedziałek 2025-06-30			Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z białka z warzywami i jogurtem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),			Koperkowa z ryżem 400ml (<i>SEL</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,
			Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
			Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-06-30			Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta jajeczno-warzywna z jogurtem 60g (<i>JAJ, MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),			Koperkowa z ryżem 400ml (<i>SEL</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,
			Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),			Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>),
			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-06-30			Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Pasta z żółtka jajka z warzywami 60g (<i>JAJ</i>),			Koperkowa z ryżem 400ml (<i>SEL</i>), Klopsik wieprzowy duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,
			Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Krem orzechowy 1szt (<i>GLU, MLE, ORZ</i>), Dżem 1szt , Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
			Podwieczorek: Pomarańcza 150g ,
			Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z buraczków 40g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 200ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 80g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 150ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kisiel z truskawkami 100g ,	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1275.28 kcal; Białko ogółem: 62.87 g; Tłuszcz: 49.89 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.45 g; Cholesterol: 235.16 mg; Węglowodany ogółem: 266.48 g; Cukry proste: 45.89 g; Sód: 1237.13 mg; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem i zieloną pietruszką 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU), Ogórek świeży 80g , szczypior 3g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: kisiel z truskawkami 200g ,	Podwieczorek: Pomarańcza 150g ,	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: 34.21 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Mix sałat z dresingiem 30g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU), Ogórek świeży 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Pomarańcza 150g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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: 34.74 g;

poniedziałek 2025-06-30 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta jajeczno-warzywna z jogurtem 60g (JAJ, MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z buraczków 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-06-30 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Ser deliser 2szt (MLE), Mix sałat z dresingiem 30g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml (SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sałatka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 60g (MLE), Kurczak gotowany 30g , Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: kisiel z truskawkami b/c 200g ,	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 30g , sałatka z pomidora i rukoli 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Solferino 400ml (GLU, SEL, GOR), Żołądki drobiowe duszone w sosie koperkowym 110g (GLU, SEL), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Sałata lodowa z dresingiem 100g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Ser żółty 30g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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: 30.27 g;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 30g , sałatka z pomidora i rukoli 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Solferino 400ml (GLU, SEL, GOR), Żołądki drobiowe duszone w sosie koperkowym 110g (GLU, SEL), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Sałata lodowa z dresingiem 100g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Ser żółty 30g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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: 30.47 g;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 30g , sałatka z pomidora i rukoli 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Solferino 400ml (GLU, SEL, GOR), Schab duszony w sosie jarzynowym 90g (GLU, SEL), Sałata lodowa z dresingiem 100g , Fasolka szparagowa z masłem 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g , Herbata bez cukru 250ml , Twarożek haga 2g (MLE),
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Trio warzywne z masłem 150g (MLE),	Posiłek nocny: Ser żółty 30g (MLE), Chleb razowy 25g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE),

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 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna15g 1szt , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynekowa dębowa drobiowa 30g , sałatka z pomidora i rukoli 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Schab duszony w sosie jarzynowym 90g (GLU, SEL), Fasolka szparagowa z masłem 150g , Sałata lodowa z dresingiem 100g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna15g 1szt , Twarożek haga 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Trio warzywne z masłem 150g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2317.35 kcal; Białko ogółem: 86.22 g; Tłuszcz: 57.38 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.42 g; Cholesterol: 193.79 mg; Węglowodany ogółem: 310.91 g; Cukry proste: 32.31 g; Sód: 1346.24 mg; Błonnik pokarmowy: 32.10 g;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 12 - 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),
		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: 20.38 g; Cholesterol: 266.57 mg; Węglowodany ogółem: 237.15 g; Cukry proste: 14.74 g; Sód: 1247.62 mg; Błonnik pokarmowy: 7.82 g;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 14 - 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: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (GLU, JAJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Energia : 2370.05 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.43 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 277.59 g; Cukry proste: 21.88 g; Sód: 1375.85 mg; Błonnik pokarmowy: 9.71 g;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta z łąpatki 30g , Puree z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Potrawka ze schabu 150g (GLU, SEL), marchew oprószana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60g , Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		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 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Puree z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Schab duszony w sosie jarzynowym 90g (GLU, SEL), Marchew oprószana 150g (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Puree z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Schab duszony w sosie jarzynowym 90g (GLU, SEL), marchew oprószana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Twarożek haga 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2303.55 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 31.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.61 g; Cholesterol: 191.19 mg; Węglowodany ogółem: 340.78 g; Cukry proste: 53.28 g; Sód: 1494.10 mg; Błonnik pokarmowy: 30.56 g;

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Puree z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Schab duszony w sosie jarzynowym 90g (GLU, SEL), marchew oprószana 150g (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

wtorek 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Puree z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Schab duszony w sosie jarzynowym 90g (GLU, SEL), Marchew oprószana 150g (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Salátka z selera i jabłka 80g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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 2025-07-01 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 40g (MLE), Puree z dyni i jabłka 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zacierka na wywarze 400g (GLU, SEL), Knedle z owocami 250g , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Salátka z selera i jabłka 80g , Pasta z żółtka jajka z warzywami 60g (JAJ), herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 30g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), stek wieprzowy smażony z cebulą 90g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , arbuz 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 30g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), stek wieprzowy smażony z cebulą 90g (<i>GLU</i>), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 100g , surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 100g (<i>MLE</i>), Płatki orkiszowe 20g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 50g , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 100g (<i>MLE</i>), Płatki orkiszowe 20g ,	Podwieczorek: Salátka Caprese 100g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 25g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna15g 1szt , Polędwica z pasieki 50g , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 100g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna15g 1szt , Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Herbata z cukrem 250ml , Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g ,
II Śniadanie: Serek wiejski 100g (<i>MLE</i>), Płatki orkiszowe 20g ,	Podwieczorek: Salátka Caprese 100g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2304.02 kcal; Białko ogółem: 81.98 g; Tłuszcz: 66.96 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.53 g; Cholesterol: 179.00 mg; Węglowodany ogółem: 356.70 g; Cukry proste: 57.34 g; Sód: 1173.46 mg; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (<i>MLE, SEL</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2052.87 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.89 g; Cholesterol: 394.26 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 14.84 g; Sód: 1237.74 mg; Błonnik pokarmowy: 10.73 g;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (<i>MLE, SEL</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Ryż na filecie z masłem /zmiksowany/ 500ml (<i>SEL</i>),	Podwieczorek: Biszkopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 213.10 mg; Węglowodany ogółem: 297.73 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z szynki 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , sok marchwiowo-owocowy 200ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jabłko gotowane 300g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , sok marchwiowo-owocowy 200ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Herbata z cukrem 250ml , Salata lodowa z dresingiem 80g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Polędwica z pasieki 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jabłko gotowane 300g ,
II Śniadanie: Serek wiejski 100g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2151.17 kcal; Białko ogółem: 77.54 g; Tłuszcz: 47.61 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.66 g; Cholesterol: 159.40 mg; Węglowodany ogółem: 377.86 g; Cukry proste: 50.79 g; Sód: 1284.61 mg; Błonnik pokarmowy: 30.05 g;

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały bez śmietany 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Herbata z cukrem 250ml , Jabłko gotowane 300g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), Chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Klops wieprzowy gotowany 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (<i>GLU, SEL</i>),	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Herbata z cukrem 250ml , Salata lodowa z dresingiem 80g ,
II Śniadanie: Serek wiejski 100g (<i>MLE</i>), Płatki orkiszowe 20g ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-07-02 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 30g , Pasta z żółtka jajka z warzywami 60g (<i>JAJ</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Barszcz biały 400ml (<i>GLU, MLE, SEL, GOR</i>), Frykadelka warzywna 100g , Salátka z marchwi i jabłka z olejem 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 60g , Herbata z cukrem 250ml , Salata lodowa z dresingiem 80g , Miód 25g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Parówka na ciepło 2szt , Twarożek haga 1szt (MLE), Masło 15g 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 100g (MLE), fasolka szparagowa z masłem 100g , Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , Pomarańcza 150g ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Twarożek haga 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 100g (MLE), fasolka szparagowa z masłem 100g , Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Twarożek haga 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 100g (MLE), fasolka szparagowa z masłem 100g , Ryż brązowy 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Poledwica z pasieki 60g , Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 100g (MLE), fasolka szparagowa z masłem 100g , Ryż brązowy 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Poledwica z pasieki 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2251.25 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 45.41 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.09 g; Cholesterol: 188.18 mg; Węglowodany ogółem: 337.46 g; Cukry proste: 48.23 g; Sód: 1293.05 mg; Błonnik pokarmowy: 33.97 g;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU, SEL),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2096.73 kcal; Białko ogółem: 55.85 g; Tłuszcz: 57.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.84 g; Cholesterol: 268.96 mg; Węglowodany ogółem: 256.94 g; Cukry proste: 14.74 g; Sód: 956.86 mg; Błonnik pokarmowy: 9.80 g;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Rosół z podudzia z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU, SEL),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Manna na filecie z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU, MLE, SEL),	

Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 299.20 mg; Węglowodany ogółem: 291.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Potrawka z podudzia z kurczaka 150g (GLU, SEL), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , Jarzynka gotowana z brokulem 150g (GLU, SEL), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), herbata z cukrem 250ml , mus z dyni z cynamonem 80g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Polędwica z pasieki 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2017.03 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 28.58 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.16 g; Cholesterol: 169.46 mg; Węglowodany ogółem: 331.48 g; Cukry proste: 52.98 g; Sód: 1682.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.81 g;

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , Jarzynka gotowana z brokulem 150g (GLU, SEL), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-07-03 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt ,	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Potrawka z podudzia z kurczaka 150g (GLU, SEL), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z żółtka jajka z warzywami 60g (JAJ), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-07-03		Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Twarożek haga 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 100g (MLE), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), fasolka szparagowa z masłem 100g , Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Połędwica z pasieki 60g , Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: kisiel z owocami leśnymi 200g ,	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: 31.89 g;

czwartek 2025-07-03		Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Twarożek haga 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka pieczone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 150g (MLE), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 60g , Ser żółty 30g (MLE), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2390.78 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 53.46 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.20 g; Cholesterol: 283.76 mg; Węglowodany ogółem: 336.52 g; Cukry proste: 49.23 g; Sód: 1221.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.24 g;

czwartek 2025-07-03		Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Połędwica z pasieki 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), mus z dyni z cynamonem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2114.22 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 57.69 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.93 g; Cholesterol: 281.96 mg; Węglowodany ogółem: 314.85 g; Cukry proste: 38.51 g; Sód: 1864.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

czwartek 2025-07-03		Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
Serek naturalny homogenizowany 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Twarożek haga 1szt (MLE), Sałatka wiosenna 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Podudzie z kurczaka duszone w piecu 150g , mizeria z jogurtem 150g (MLE), Ryż brązowy 150g , Sos jarzynowy 100ml (GLU, SEL), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 30g (MLE), Połędwica z pasieki 60g , mus z dyni z cynamonem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi bez cukru 200g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i makreli 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Ogórek świeży 30g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z dorsza smażony 120g (<i>GLU, JAJ</i>), surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 100g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 70g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g , Ćwikla z chrzanem 50g , Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2215.00 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.58 g; Cholesterol: 280.98 mg; Węglowodany ogółem: 280.49 g; Cukry proste: 40.29 g; Sód: 1763.64 mg; Błonnik pokarmowy: 30.37 g;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i makreli 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Ogórek świeży 30g , Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z dorsza smażony 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 100g , surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 70g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 30g , Ćwikla z chrzanem 50g , Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2388.60 kcal; Białko ogółem: 84.04 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 27.08 g; Cholesterol: 290.98 mg; Węglowodany ogółem: 313.77 g; Cukry proste: 54.64 g; Sód: 1820.94 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z twarogu i makreli 60g (<i>RYB, MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Pomidor 50g , Ogórek świeży 30g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Dorsz z pieca w folii 120g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 100g , surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 70g (<i>GLU, GOR</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>), Ćwikla z chrzanem 50g , Ogórek kiszony 30g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Warzywa duszone al dente z dodatkiem oliwy 150g ,	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 30g (<i>GLU</i>),

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

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowo-ziolowa 60g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Pomidor 50g , Ogórek świeży 30g , margaryna15g 1szt , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Dorsz z pieca w folii 120g , surówka z kapusty kiszzonej z marchwią 100g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 100g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna15g 1szt , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Ćwikla z chrzanem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Warzywa duszone al dente z dodatkiem oliwy 150g ,	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2363.46 kcal; Białko ogółem: 89.14 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.06 g; Cholesterol: 189.09 mg; Węglowodany ogółem: 337.75 g; Cukry proste: 54.85 g; Sód: 1212.65 mg; Błonnik pokarmowy: 33.61 g;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Manna na filecie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2211.86 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 54.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 238.75 mg; Węglowodany ogółem: 263.75 g; Cukry proste: 9.85 g; Sód: 1727.47 mg; Błonnik pokarmowy: 11.85 g;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Manna na filecie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 114.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 279.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziółowa 60g (<i>MLE</i>), Pasta ze schabu 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet z mintaja gotowany 120g (<i>GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z ćwiartki udka 60g , Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziółowa 60g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka bez cukru 80g , Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Dorsz z pieca w folii 120g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Pasta twarogowo-ziółowa 60g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Dorsz z pieca w folii 120g , Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150g , Kompot z agrestu 250ml , ziemniaki 150g ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2142.15 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 25.48 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.37 g; Cholesterol: 177.49 mg; Węglowodany ogółem: 354.06 g; Cukry proste: 59.65 g; Sód: 1363.62 mg; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziółowa 60g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Dorsz z pieca w folii 120g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), chleb mieszany 30g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziółowa 60g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Dorsz z pieca w folii 120g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 150g , ziemniaki 150g , Kompot z agrestu 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-07-04 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowo-ziółowa 60g (<i>MLE</i>), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi owocowe 250g , Kompot z agrestu 250ml , jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta warzywna 60g , Miód 25g , Sałatka z buraczków z natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Sok marchwiowo-owocowy 1szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 100g (GOR), Buraczki oprószone 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Ryż brązowy 150g , surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 100g (GOR), Buraczki oprószone 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Fasolka szparagowa z masłem 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Skyr naturalny 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Buraczki oprószone 100g (GLU), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 100g (GOR), Kompot z jabłka z miętą bez cukru 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 2szt (MLE), sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Fasolka szparagowa z masłem 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 20g (MLE),

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Jajko gotowane 60g (JAJ), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 100g (GOR), Buraczki oprószone 100g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Fasolka szparagowa z masłem 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2203.36 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 57.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 14.35 g; Cholesterol: 165.08 mg; Węglowodany ogółem: 341.49 g; Cukry proste: 38.98 g; Sód: 1566.84 mg; Błonnik pokarmowy: 32.48 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (MLE, SEL),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2086.38 kcal; Białko ogółem: 64.97 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.76 g; Cholesterol: 347.58 mg; Węglowodany ogółem: 205.27 g; Cukry proste: 21.57 g; Sód: 965.47 mg; Błonnik pokarmowy: 8.88 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (MLE, SEL),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Biskvity z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Manna na wywarze z łopatką /zmiksowana/ 500ml (GLU, SEL),	

Jadłospisy dla oddziałów**Wartości odżywcze:** Energia : 2247.65 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g;

Cholesterol:215.10 mg; Węglowodany ogółem: 235.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 11.24 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Pasta z szynki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ryż biały 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE), Buraczki oprószane 150g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ryż biały 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE), Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Buraczki oprószane 150g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2297.94 kcal; Białko ogółem: 85.09 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.34 g; Cholesterol: 238.68 mg; Węglowodany ogółem: 351.86 g; Cukry proste: 58.18 g; Sód: 1783.76 mg; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 3A - Trzuskowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Buraczki oprószane 150g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Biskopki 30g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2140.29 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 26.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.42 g; Cholesterol: 153.12 mg; Węglowodany ogółem: 327.63 g; Cukry proste: 50.41 g; Sód: 1225.78 mg; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Buraczki oprószane 150g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 100g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2140.29 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 26.13 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.42 g; Cholesterol: 153.12 mg; Węglowodany ogółem: 327.63 g; Cukry proste: 50.41 g; Sód: 1225.78 mg; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Buraczki oprószane 150g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Biskopki 30g (GLU, JAJ), mleko got. 200ml (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z żółtka jajka z warzywami 60g (JAJ), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Buraczki oprószane 150g (GLU), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Krem orzechowy 1szt (GLU, MLE, ORZ), Dżem 1szt , herbata z cukrem 250ml ,
Podwieczorek: galaretki owocowa 150g (GLU, MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Ryż biały 150g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Buraczki oprószane 150g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), chleb pszenny 50g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), masło 15g 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Biskopty 30g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1231.68 kcal; Białko ogółem: 59.91 g; Tłuszcz: 54.86 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 15.39 g; Cholesterol: 203.98 mg; Węglowodany ogółem: 260.64 g; Cukry proste: 56.21 g; Sód: 1281.06 mg; Błonnik pokarmowy: 23.78 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kielbasa krakowska poduszana 30g (GLU), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 100g (GOR), Buraczki oprószane 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Biskopty 30g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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: 35.81 g;

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Kielbasa krakowska poduszana 30g (GLU), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Buraczki oprószane 150g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Polędwica z pasieki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Ryż biały 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Buraczki oprószane 150g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 1szt (MLE), Dżem 1szt , Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-07-05 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Skyr naturalny 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU, SEL), Ryż brązowy 150g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), Buraczki oprószane 150g (GLU),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Twarożek haga 2szt (MLE), sałatka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 20g (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 40g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>),	Botwina 400ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , sok marchwiowo-owocowy 200ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 40g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>),	Botwina 400ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski z truskawkami 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2432.50 kcal; Białko ogółem: 89.09 g; Tłuszcz: 67.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.55 g; Cholesterol: 267.87 mg; Węglowodany ogółem: 327.27 g; Cukry proste: 34.79 g; Sód: 1370.03 mg; Błonnik pokarmowy: 32.68 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 40g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki 150g , kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski z truskawkami 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 40g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>),

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

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Ryż na mleku 300ml (<i>MLE</i>), margaryna15g 1szt , chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), Ser deliser 2szt (<i>MLE</i>), Kurczak gotowany 60g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Schab duszony z pieca 90g (<i>GLU</i>), Jarzynka gotowana 100g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna15g 1szt , Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski z truskawkami 200g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2352.44 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.73 g; Cholesterol: 191.07 mg; Węglowodany ogółem: 310.86 g; Cukry proste: 35.91 g; Sód: 1319.85 mg; Błonnik pokarmowy: 32.90 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2093.75 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 68.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.36 g; Cholesterol: 238.25 mg; Węglowodany ogółem: 229.27 g; Cukry proste: 10.75 g; Sód: 1264.58 mg; Błonnik pokarmowy: 9.47 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Ryż na łyżeczce z masłem /zmiksowany/ 500ml (<i>SEL</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2276.64 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 77.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.62 g; Cholesterol: 247.00 mg; Węglowodany ogółem: 256.14 g; Cukry proste: 15.10 g; Sód: 1461.74 mg; Błonnik pokarmowy: 12.97 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Pasta z łopatką 60g , Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Klopsik ze schabu gotowany 90g (GLU, JAJ), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta wieprzowo-warzywna 60g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2173.15 kcal; Białko ogółem: 89.72 g; Tłuszcz: 46.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.79 g; Cholesterol: 266.47 mg; Węglowodany ogółem: 330.79 g; Cukry proste: 41.16 g; Sód: 1285.96 mg; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml , jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski z truskawkami 200g (MLE),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2165.49 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 25.14 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.91 g; Cholesterol: 177.75 mg; Węglowodany ogółem: 321.60 g; Cukry proste: 41.71 g; Sód: 1232.50 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski z truskawkami 200g (MLE),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), Sos z truskawek 100ml , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta warzywna 60g , Dżem 1szt , Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Klopsik ze schabu gotowany 90g (GLU, JAJ), Jarzynka gotowana 80g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok marchwiowo-owocowy 1szt ,	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1477.89 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 47.34 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.01 g; Cholesterol: 228.14 mg; Węglowodany ogółem: 260.41 g; Cukry proste: 44.08 g; Sód: 1216.89 mg; Błonnik pokarmowy: 26.69 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Kurczak gotowany 40g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE),	Botwina 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 100g (GLU), Surówka z kapusty czerwonej 100g , Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka 60g (GLU), Ser tostowy 2szt (MLE), Pomidor 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok marchwiowo-owocowy 1szt ,	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	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: 33.03 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Kurczak gotowany 40g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Botwina 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Kompot z owoców mieszanych z cukrem 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka 60g (GLU), Ser tostowy 2szt (MLE), Pomidor 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,	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: 33.03 g;

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Jabłko gotowane z cynamonem 150g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Cukinia z pieca z ziołami i koncentratem 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-07-06 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 50g (MLE), Kurczak gotowany 40g , Sałata lodowa z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Barszcz czerwony bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski z truskawkami 200g (MLE),	Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 40g (GLU, GOR),

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