

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 400ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Fasolka szparagowa z masłem 100g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot truskawkowy 250ml , arbus 150g , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka z białej rzodkwi z zieloną pietruszką 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 400ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Fasolka szparagowa z masłem 100g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka z białej rzodkwi z zieloną pietruszką 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa bez śmietany 400ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Fasolka szparagowa z masłem 100g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatkowa z fileta 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka z białej rzodkwi z zieloną pietruszką 80g (MLE), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU), Serek wiejski 100g (MLE), Pomidorki koktajlowe 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna15g 1szt , Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa bez śmietany 400ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU), Fasolka szparagowa z masłem 100g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna15g 1szt , Szynka delikatkowa z fileta 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Sałatka z białej rzodkwi z zieloną pietruszką 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2272.01 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 44.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.96 g; Cholesterol: 196.88 mg; Węglowodany ogółem: 308.99 g; Cukry proste: 44.85 g; Sód: 1647.48 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łąpatce /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2032.45 kcal; Białko ogółem: 64.57g; Tłuszcz: 52.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.26 g; Cholesterol: 237.35 mg; Węglowodany ogółem: 216.34 g; Cukry proste: 11.45g; Sód: 1187.46 mg; Błonnik pokarmowy: 9.46 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łąpatce /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Chrupki z mlekiem i masłem /zmiksowane/ 250ml (MLE),	Podwieczorek: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	

Wartości odżywcze: Energia : 2156.96 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.83 g; Cholesterol: 295.30 mg; Węglowodany ogółem: 223.85 g; Cukry proste: 12.27 g; Sód: 1284.36 mg; Błonnik pokarmowy: 10.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z ćwiartki udka 50g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa bez śmietany 400ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z selera i jabłka 150g , Ziemniaki 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z szynki 50g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 400ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2083.03 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 26.26 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.28 g; Cholesterol: 152.36 mg; Węglowodany ogółem: 332.94 g; Cukry proste: 48.17 g; Sód: 1805.64 mg; Błonnik pokarmowy: 30.57 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 400ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Chleb bałtonowski 30g (GLU), masło 10g 1szt (MLE), Ser deliser 1szt (MLE),	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Miód 2szt ,	Kalafiorowa bez śmietany 400ml (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z selera i jabłka 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z warzywami 60g (JAJ), Jabłko gotowane 150g , Herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2257.47 kcal; Białko ogółem: 58.00 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.71 g; Cholesterol: 133.38 mg; Węglowodany ogółem: 378.44 g; Cukry proste: 59.74 g; Sód: 883.78 mg; Błonnik pokarmowy: 31.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa bez śmietany 200ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Salátka z selera i jabłka 150g , Ziemniaki 80g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 100g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1240.12 kcal; Białko ogółem: 59.31 g; Tłuszcz: 34.75 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.78 g; Cholesterol: 211.18 mg; Węglowodany ogółem: 201.20 g; Cukry proste: 46.96 g; Sód: 781.73 mg; Błonnik pokarmowy: 15.61 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb bałtonowski 25g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Salátka z ogórka świeżego z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Kalafiorowa 400ml (GLU, MLE), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Fasolka szparagowa z masłem 100g , Surówka z kapusty czerwonej 100g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Chleb bałtonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), Masło 15 g T 1szt (MLE), Kielbasa krakowska poduszana 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Salátka z białej rzodkwi z zieloną pietruszką 80g (MLE), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2369.51 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 49.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.72 g; Cholesterol: 301.98 mg; Węglowodany ogółem: 327.42 g; Cukry proste: 44.90 g; Sód: 1757.03 mg; Błonnik pokarmowy: 33.18 g;

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), salátka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska poduszana 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Pomidor 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kasza jęczmienna 150g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), Masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , Herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kisiel z owocami leśnymi 200g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

poniedziałek 2025-09-15 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), salátka z ogórka świeżego z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 800ml (GLU), Klopsik wieprzowy duszony 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 100ml (GLU), Kasza jęczmienna 150g (GLU), Salátka z selera i jabłka 150g , Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Jajko gotowane 60g (JAJ), Pomidor 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU), Serek wiejski 100g (MLE), Pomidorki koktajlowe 20g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Płatki jęczmienne 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>), Połędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Buraczki oprószone 100g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty młodej 100g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych 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>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), salata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Płatki jęczmienne 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>), Połędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Buraczki oprószone 100g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty młodej 100g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka 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>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), salata lodowa z jogurtem 80g (<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 : 2391.84 kcal; Białko ogółem: 99.45 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.78 g; Cholesterol: 275.80 mg; Węglowodany ogółem: 293.68 g; Cukry proste: 37.64 g; Sód: 1614.67 mg; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

wtorek 2025-09-16 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>), Pasta z twarogu i makreli 60g (<i>RYB, MLE</i>), Połędwica z pasieki 30g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 100g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty młodej 100g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), salata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Kalafior z pieca z masłem 150g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>),

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna 15g 1szt , Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Połędwica z pasieki 30g , Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 100g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty młodej 100g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna 15g 1szt , Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (<i>GOR</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), salata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Kalafior z pieca z masłem 150g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2304.99 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.17 g; Cholesterol: 186.50 mg; Węglowodany ogółem: 311.50 g; Cukry proste: 38.31 g; Sód: 1592.57 mg; Błonnik pokarmowy: 34.27 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2194.84 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.48 g; Cholesterol: 284.85 mg; Węglowodany ogółem: 256.27 g; Cukry proste: 16.37 g; Sód: 1284.85 mg; Błonnik pokarmowy: 10.25 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>GLU</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2375.54 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.75 g; Cholesterol: 284.30 mg; Węglowodany ogółem: 302.29 g; Cukry proste: 22.28 g; Sód: 1698.34 mg; Błonnik pokarmowy: 11.31 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Pasta z łopatką 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (GLU, SEL), potrawka z udka ćwiartki 150g (GLU, SEL), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta ze schabu 50g , Twarożek haga 2szt (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (GLU), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
chleb pszenny 100g (GLU), Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (GLU), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2200.24 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 35.32 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.18 g; Cholesterol: 148.10 mg; Węglowodany ogółem: 365.28 g; Cukry proste: 55.10 g; Sód: 1533.94 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (GLU), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (GLU), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta twarogowa z mintajem 60g (RYB, MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Dżem 1szt ,	Rosół z makaronem nitki 400ml (GLU, SEL), Knedle z owocami 250g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z czerwonej soczewicy z koncentratem i bazylią 60g (GOR), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Smoothie truskawkowo - bananowe 250ml (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 50g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica z pasieki 30g , Mus z jabłka bez cukru 40g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 200ml (<i>GLU, SEL</i>), potrawka z udką ćwiartki 150g (<i>GLU, SEL</i>), Buraczki oprószone 80g (<i>GLU</i>), Ryż biały 80g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 150ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 50g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml , Twarożek haga 1szt (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Bułka maślana 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1357.85 kcal; Białko ogółem: 70.75 g; Tłuszcz: 36.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.29 g; Cholesterol: 227.67 mg; Węglowodany ogółem: 242.49 g; Cukry proste: 37.79 g; Sód: 661.57 mg; Błonnik pokarmowy: 12.71 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Bułka grahamka 70g (<i>GLU</i>), Chleb baltonowski 25g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Buraczki oprószone 100g (<i>GLU</i>), surówka z kapusty młodej 100g (<i>SOJ, GOR</i>), Ryż biały 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), Chleb baltonowski 25g (<i>GLU</i>), Masło 15 g T 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Twarożek haga 2szt (<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 : 2361.68 kcal; Białko ogółem: 96.27 g; Tłuszcz: 67.12 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.87 g; Cholesterol: 289.86 mg; Węglowodany ogółem: 336.93 g; Cukry proste: 57.80 g; Sód: 1640.59 mg; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Płatki jęczmienne 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 twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (<i>GLU</i>), Ryż brązowy 150g , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Płatki jęczmienne na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa makaronowa (makaron nitki) 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (<i>GLU</i>), Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Zacierka na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Cukinia duszona z koncentratem i natką pietruszki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

wtorek 2025-09-16 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Pasta twarogowa z mintajem 60g (<i>RYB, MLE</i>), Polędwica z pasieki 30g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Rosół z makaronem nitki 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g , Buraczki oprószone 150g (<i>GLU</i>), Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), sałata lodowa z jogurtem 80g (<i>MLE</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jabłko 150g ,	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Ser deliser 1szt (<i>MLE</i>),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zupa z czerwonej soczewicy 400ml (GLU, GOR), Wątroba drobiowa duszona z cebulą 110g (GLU), Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE), Kompot truskawkowy 250ml , Nektarynka 1szt , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ziemniaki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Salátka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Zupa z czerwonej soczewicy 400ml (GLU, GOR), Wątroba drobiowa duszona z cebulą 110g (GLU), Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE), Kompot truskawkowy 250ml , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ziemniaki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Salátka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa z czerwonej soczewicy 400ml (GLU, GOR), roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU),	masło 15g 1szt (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Salátka z pomidora i rukoli 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Salátka wiosenna 150g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Kurczak gotowany 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE), Kompot truskawkowy 250ml , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Salátka wiosenna 150g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2124.68 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.48 g; Cholesterol: 258.37 mg; Węglowodany ogółem: 224.85 g; Cukry proste: 14.85 g; Sód: 1289.84 mg; Błonnik pokarmowy: 11.86 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2124.68 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.48 g; Cholesterol: 258.37 mg; Węglowodany ogółem: 224.85 g; Cukry proste: 14.85 g; Sód: 1289.84 mg; Błonnik pokarmowy: 11.86 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na łopatkę /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	Podwieczorek: Biskopty z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (GLU, JAJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 283.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z fileta z kurczaka 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , klopsik wp. z szynki got. 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z szynki 30g , Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2232.05 kcal; Białko ogółem: 88.26 g; Tłuszcz: 79.76 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 23.82 g; Cholesterol: 283.10 mg; Węglowodany ogółem: 247.63 g; Cukry proste: 18.46 g; Sód: 1312.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.17 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Sok owocowy 200ml 1szt , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Kurczak gotowany 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2182.29 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz: 28.47 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.06 g; Cholesterol: 127.38 mg; Węglowodany ogółem: 364.21 g; Cukry proste: 35.14 g; Sód: 1902.38 mg; Błonnik pokarmowy: 31.16 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Masło 10g 1szt (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Chleb baltonowski 25g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 30g , Miód 1szt , Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , Pierogi ruskie 350g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), Salata lodowa z dresingiem 1500g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta warzywna 60g , Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 30g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , klopsik wp. z szynki got. 90g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: galaretką owocową 150g (GLU, MLE),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1295.87 kcal; Białko ogółem: 62.94 g; Tłuszcz: 35.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.64 g; Cholesterol: 214.00 mg; Węglowodany ogółem: 220.53 g; Cukry proste: 30.30 g; Sód: 701.96 mg; Błonnik pokarmowy: 10.44 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb baltonowski 25g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Salátka z ogórka świeżego i białej rzodkwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Salata lodowa z dresingiem 100g , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Ziemniaki 150g , Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE),	Chleb baltonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), Masło 15 g T 1szt (MLE), Pasta z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Salátka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: galaretką owocową 150g (GLU, MLE),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2380.16 kcal; Białko ogółem: 93.74 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.75 g; Cholesterol: 264.82 mg; Węglowodany ogółem: 322.62 g; Cukry proste: 29.63 g; Sód: 1083.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Ser żółty 20g (MLE), Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Salátka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 50g , Ser deliser 2szt (MLE), Mus z dyni i jabłka z cynamonem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ryżem 400ml , roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Kompot truskawkowy 250ml , Ziemniaki 150g , Salátka z marchwi z natką pietruszki 150g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Salátka z selera i jabłka 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

środa 2025-09-17 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
jogurt naturalny 150g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser żółty 20g (MLE), Parówka na ciepło 2szt , Ogórek świeży 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Zupa z czerwonej soczewicy 400ml (GLU, GOR), roladka z szynki z pieca 90g (GLU), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ziemniaki 150g , Sos pomidorowy 100ml (GLU), Surówka z marchwi i chrzanu 100g (MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z mintaja z warzywami i koncentratem 60g (RYB), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU), Salátka z pomidora i rukoli 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 0,3 1szt ,	Podwieczorek: Kefir 200g 1Por (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Fasolka szparagowa 100g, Jarzynka gotowana 100g (GLU), Ziemniaki 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml, arbuz 150g,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, herbata z cukrem 250ml,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Fasolka szparagowa 100g, Jarzynka gotowana 100g (GLU), Ziemniaki 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, herbata z cukrem 250ml,
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli z mozzarellą light 100g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek wiejski 1 Por 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym bez śmietany 400ml (GLU), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU), Fasolka szparagowa 100g, Jarzynka gotowana 100g (GLU), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g, Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, Herbata bez cukru 250ml,
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli z mozzarellą light 100g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt, Szynkowa dębowa drobiowa 60g, Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g, Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (GLU, JAJ), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Fasolka szparagowa 100g, Jarzynka gotowana 100g (GLU), Ziemniaki 150g, Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt, Szynkowa dębowa 60g, Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 50g, Rzodkiewka 30g, herbata z cukrem 250ml,
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli z mozzarellą light 100g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), orzechy włoskie 20g,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Energia : 2376.70 kcal; Białko ogółem: 91.19 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.21 g; Cholesterol: 198.45 mg; Węglowodany ogółem: 353.10 g; Cukry proste: 52.01 g; Sód: 1553.84 mg; Błonnik pokarmowy: 33.56 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (MLE), Ziemniaki 150g,	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,

Wartości odżywcze: Energia : 2064.47 kcal; Białko ogółem: 58.84 g; Tłuszcz: 72.35 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.84 g; Cholesterol: 264.84 mg; Węglowodany ogółem: 225.57 g; Cukry proste: 14.87 g; Sód: 896.84 mg; Błonnik pokarmowy: 10.25 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na szynce z masłem /zmiksowana/ 500ml (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Suchary na mleku z masłem /zmiksowane/ 250ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	

Wartości odżywcze: Energia : 2184.27 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.49 g; Cholesterol: 279.20 mg; Węglowodany ogółem: 241.28 g; Cukry proste: 18.50 g; Sód: 1007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 11.67 g;

czwartek 2025-09-18 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 łopatką 50g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (GLU, JAJ), Potrawka wieprzowo-warzywna 150ml (GLU, SEL), Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml , Kefir 200g 1Por (MLE),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta drobiowo-warzywna 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml , Kefir 200g 1Por (MLE),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z białka z koperkiem 60g (JAJ), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (GLU, JAJ), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU), Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2199.89 kcal; Białko ogółem: 102.21 g; Tłuszcz: 25.33 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 9.76 g; Cholesterol: 150.93 mg; Węglowodany ogółem: 344.86 g; Cukry proste: 56.20 g; Sód: 1633.57 mg; Błonnik pokarmowy: 32.54 g;

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z białka z koperkiem 60g (JAJ), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (GLU, JAJ), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Chleb bałtonowski 25g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twarożek haga 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z jajka z warzywami 60g (JAJ), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 400ml (GLU, JAJ), Zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), Sos z truskawek 100ml , Kompot z owoców mieszanych 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 150ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 30g , Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml , Dżem 1szt ,
	Podwieczorek: sok marchwiowo-owocowy 200ml ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

czwartek 2025-09-18 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 30g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 40g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Potrawka wieprzowo-warzywna 150ml (GLU, SEL), Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml , Ziemniaki 150g , Jarzynka gotowana 150g (GLU),	Płatki orkiszowe na mleku 150ml (MLE), Chleb mieszany 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Sok marchwiowo-owocowy 1szt ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1253.21 kcal; Białko ogółem: 56.17 g; Tłuszcz: 33.39 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.61 g; Cholesterol: 210.03 mg; Węglowodany ogółem: 209.16 g; Cukry proste: 53.72 g; Sód: 727.30 mg; Błonnik pokarmowy: 13.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bulka grahamka 70g (GLU), Chleb bałtonowski 25g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),		Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Jarzynka gotowana 100g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml , Jarzynka gotowana 100g (GLU),		Chleb razowy 75g (GLU), Chleb bałtonowski 25g (GLU), Masło 15 g T 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 50g , Rzodkiewka 30g , herbata z cukrem 250ml ,	
II Śniadanie: Sok marchwiowo-owocowy 1szt ,		Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,	

Wartości odżywcze: Energia : 2395.98 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.61 g; Cholesterol: 289.66 mg; Węglowodany ogółem: 368.38 g; Cukry proste: 52.75 g; Sód: 1561.49 mg; Błonnik pokarmowy: 33.07 g;

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Bulka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Mix салат z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),		Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,		Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 80g , herbata z cukrem 250ml ,	
		Podwieczorek: arbuz 150g ,		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,	

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

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z jajka z koperkiem 60g (JAJ, MLE), Cukinia gotowana z koncentratem 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),		Pomidorowa z makaronem 400ml (GLU, JAJ, MLE), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot z owoców mieszanych 250ml ,		Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , herbata z cukrem 250ml ,	
		Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,	

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

czwartek 2025-09-18			Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek wiejski 1 Por 200g (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Pasta z jajka ze szczypiorkiem i majonezem 60g (JAJ, GOR), Mix салат z dresingiem 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),		Pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym bez śmietany 400ml (GLU), Duszona roladka z piersi kurczaka ze szpinakiem 90g (GLU, MLE), Jarzynka gotowana 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), kompot z owoców mieszanych bez cukru 250ml ,		Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Ogórek świeży 80g , Herbata bez cukru 250ml ,	
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli z mozzarellą light 100g (MLE),		Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),		Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 30g (GLU),	

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Kurczak gotowany 30g , Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU , MLE),	Pieczarkowa z ziemniakami 400ml (GLU , MLE), Filet z dorsza smażony 120g (GLU , JAJ), surówka z kapusty kiszzonej 100g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , Budyń waniliowy 200ml (GLU , JAJ , MLE), Sos grecki z cukinią 100g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU , MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLU , GOR), Twarożek haga 2szt (MLE), Salátka z ogórka kiszzonego i papryki 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Kurczak gotowany 30g , Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU , MLE),	Pieczarkowa z ziemniakami 400ml (GLU , MLE), Filet z dorsza smażony 120g (GLU , JAJ), surówka z kapusty kiszzonej 100g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , Sos grecki z cukinią 100g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU , MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLU , GOR), Twarożek haga 2szt (MLE), Salátka z ogórka kiszzonego i papryki 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 : 2463.94 kcal; Białko ogółem: 97.11 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.31 g; Cholesterol: 243.86 mg; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Cukry proste: 47.76 g; Sód: 1728.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1Por (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU , MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 100g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml , surówka z kapusty kiszzonej 100g ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLU , GOR), Twarożek haga 2szt (MLE), Salátka z ogórka kiszzonego i papryki 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Podwieczorek: Brokuł gotowany ze słonecznikiem 150g (GLU , MLE , ORZ),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU),

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Salátka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU , MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 100g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , surówka z kapusty kiszzonej 100g ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU , MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna 15g 1szt , Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Salátka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml , Pieczywo razowe wasa 2szt (GLU),	Podwieczorek: Brokuł gotowany ze słonecznikiem 150g (GLU , MLE , ORZ),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2319.15 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.38 g; Cholesterol: 194.72 mg; Węglowodany ogółem: 380.17 g; Cukry proste: 48.62 g; Sód: 1294.84 mg; Błonnik pokarmowy: 33.63 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU , JAJ , MLE),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2216.85 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 54.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.58 g; Cholesterol: 429.74 mg; Węglowodany ogółem: 238.83 g; Cukry proste: 10.16 g; Sód: 1625.84 mg; Błonnik pokarmowy: 11.78 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU , JAJ , MLE),	Rosół z ćw.udka z masłem /zmiksowane/ 500ml (GLU),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),	Podwieczorek: Bułka maślana na mleku z masłem /zmiksowana/ 250g (GLU , JAJ , MLE),	

Wartości odżywcze: Energia : 2391.00 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 69.40 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 22.54 g; Cholesterol: 239.30 mg; Węglowodany ogółem: 301.10 g; Cukry proste: 11.23 g; Sód: 1802.10 mg; Błonnik pokarmowy: 12.16 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Ryż na mleku 300ml (MLE), masło 15g 1szt (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Pasta z ćwiartki udka 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Pulpet z mintaja gotowany 120g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Pasta ze schabu 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , Budyń waniliowy 200ml (GLU, JAJ, MLE),	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Polędwica z pasieki 30g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2157.21 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 26.57 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 10.92 g; Cholesterol: 164.95 mg; Węglowodany ogółem: 355.45 g; Cukry proste: 54.97 g; Sód: 1161.80 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 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 : 2386.05 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 19.49 g; Cholesterol: 273.82 mg; Węglowodany ogółem: 364.18 g; Cukry proste: 51.52 g; Sód: 1183.60 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 30g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Pierogi owocowe 250g , Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE), kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z żółtka jajka z warzywami 60g (JAJ), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Ryż na mleku 150ml (MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Mus z jabłka bez cukru 40g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 200ml (GLU), Pulpet z mintaja gotowany 120g (GLU, JAJ, RYB, MLE, SEL), Sos grecki z cukinią 80g , Ziemniaki 80g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałatka z selera i marchwi 40g , 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 : 1275.31 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Tłuszcz: 54.45 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 13.52 g; Cholesterol: 239.91 mg; Węglowodany ogółem: 292.52 g; Cukry proste: 67.66 g; S ód: 722.31 mg; Błonnik pokarmowy: 21.82 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb baltonowski 25g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem i szczypiorkiem 60g, Polędwica z pasieki 30g , Sałatka z białej rzodkwi z jogurtem 80g (MLE), Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE)	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Filet z dorsza smażony 120g (GLU, JAJ), surówka z kapusty kiszzonej 100g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml , Sos grecki z cukinią 100g ,	Chleb baltonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), Masło 15 g T 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLU, GOR), Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 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 : 2363.94 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.31 g; Cholesterol: 283.86 mg; Węglowodany ogółem: 356.84 g; Cukry proste: 47.76 g; Sód: 1728.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.64 g;

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Bułka grahamka 70g (GLU), Chleb mieszany 30g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Polędwica z pasieki 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Filet z dorsza smażony 120g (GLU, JAJ), Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLU, GOR), Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twaróg z jogurtem 60g (MLE), Polędwica z pasieki 30g , Mus z jabłka bez cukru 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki z/c 250ml ,	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Bułka maślana 1szt (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

piątek 2025-09-19 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Kefir 200g 1Por (MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Pasta z twarogu i makreli ze szczypiorkiem 60g (RYB, MLE), Mus z jabłka bez cukru 80g , Polędwica z pasieki 30g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE),	Krupnik jęczmienny bez śmietany 400ml (GLU), Dorsz z pieca w folii 120g , Sos grecki z cukinią 150g , Ziemniaki 150g , kompot z czarnej porzeczki b/c 250ml ,	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLU, GOR), Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z selera i marchwi 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Pomarańcza 150g ,	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 30g (GLU),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Rzodkiewka 30g ,	Grochowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ryż brązowy 150g , Kompot truskawkowy 250ml , arbuz 150g , Fasolka szparagowa 100g ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 60g (<i>GLU</i>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Rzodkiewka 30g ,	Grochowa 400ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko pieczone z pieca 150g , Salata lodowa z dresingiem 100g , Ryż brązowy 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Fasolka szparagowa 100g ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Biodrówka z piekarnika 60g (<i>GLU</i>), Ser tostowy 2szt (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Skyr naturalny 200g 1Por (<i>MLE</i>), Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Rzodkiewka 30g ,	Pieczarkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 100g , Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml , Fasolka szparagowa 100g ,	Chleb razowy 75g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Salátka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>),	Podwieczorek: Serek wiejski 1 Por 200g (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 20g (<i>ORZ</i>)	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twaróg 50g (<i>MLE</i>),

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

sobota 2025-09-20 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 , Jajko gotowane 60g (<i>JAJ</i>), Polędwica sopocka 30g (<i>GLU</i>), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Rzodkiewka 30g ,	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 100g , Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Fasolka szparagowa 100g ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), margaryna15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Salátka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (<i>GLU, ORZ</i>), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Salátka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (<i>GLU, MLE, ORZ</i>),	Podwieczorek: Serek wiejski 1 Por 200g (<i>MLE</i>), Orzechy włoskie 20g (<i>ORZ</i>)	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2380.36 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 16.43 g; Cholesterol: 187.70 mg; Węglowodany ogółem: 385.12 g; Cukry proste: 54.07 g; Sód: 1663.97 mg; Błonnik pokarmowy: 34.08 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2084.37 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 17.84 g; Cholesterol: 327.83 mg; Węglowodany ogółem: 225.74 g; Cukry proste: 24.78 g; Sód: 874.83 mg; Błonnik pokarmowy: 8.88 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Ziemniaczanka na schabie z masłem /zmiksowane/ 500ml (<i>MLE</i>),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Biskopki z masłem i mlekiem /zmiksowane/ 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń płynny z masłem 250ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Energia : 2247.65 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.57 g; Cholesterol: 255.10 mg; Węglowodany ogółem: 254.81 g; Cukry proste: 33.74 g; Sód: 1065.35 mg; Błonnik pokarmowy: 11.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 4 - Łatwostrawna mielona		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Pasta z łopatki 60g , Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), potrawka z udka ćwiartki 150g (<i>GLU, SEL</i>), Salata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Jablko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml , Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 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>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml , Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb baltonowski 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Jablko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Jablko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2116.39 kcal; Białko ogółem: 99.76 g; Tłuszcz: 33.71 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 8.98 g; Cholesterol: 150.00 mg; Węglowodany ogółem: 362.20 g; Cukry proste: 52.00 g; Sód: 1907.95 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor bez skóry 80g , Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Jablko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Makaron na mleku 300ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Serek tartare 20g 2szt (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 60g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Chleb mieszany 100g (<i>GLU</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Twarożek haga 2szt (<i>MLE</i>), Szynka delikatesowa z fileta 60g (<i>GLU</i>), Jablko gotowane 150g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 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 sopocka 60g (<i>GLU</i>), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (<i>GLU</i>), zapiekanka z kaszy i warzyw 250g (<i>GLU, SEL</i>), Sos pietruszkowy 100g (<i>GLU</i>), Salata lodowa z dresingiem 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (<i>MLE</i>), masło 15g 1szt (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Jablko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml , Pasta warzywna 60g ,
	Podwieczorek: Biskupki 30g (<i>GLU, JAJ</i>),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Makaron na mleku 150ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Polędwica sopocka 60g (GLU), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), potrawka z udka ćwiartki 150g (GLU, SEL), sałata lodowa z jogurtem 80g (MLE), Ziemniaki 100g , Kompot z jabłka z miętą z cukrem 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 150ml (MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Biszkopty 30g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 100g (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1244.97 kcal; Białko ogółem: 60.28 g; Tłuszcz: 36.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 12.88 g; Cholesterol: 216.11 mg; Węglowodany ogółem: 209.72 g; Cukry proste: 53.81 g; Sód: 698.65 mg; Błonnik pokarmowy: 11.98 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb bałtonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Polędwica sopocka 30g (GLU), Pomidor 50g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Rzodkiewka 30g ,	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Udko pieczone z pieca 150g , Sałata lodowa z dresingiem 100g , Ryż brązowy 150g , Kompot truskawkowy 250ml , Fasolka szparagowa 100g ,	Chleb bałtonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), Masło 15 g T 1szt (MLE), Biodrówka z piekarnika 60g (GLU), Ser tostowy 2szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200g (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2374.13 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 24.00 g; Cholesterol: 281.69 mg; Węglowodany ogółem: 386.55 g; Cukry proste: 53.66 g; Sód: 1755.33 mg; Błonnik pokarmowy: 32.89 g;

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Jajko gotowane 60g (JAJ), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Polędwica sopocka 30g (GLU),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Udko pieczone z pieca 150g , Sałata lodowa z dresingiem 150g , Ryż brązowy 150g , Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Ser tostowy 2szt (MLE), Biodrówka z piekarnika 60g (GLU), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Serek wiejski 1 Por 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Makaron na mleku 300ml (GLU, JAJ, MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 2szt (MLE), Pomidor bez skóry 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Polędwica sopocka 60g (GLU),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (GLU), Sałata lodowa z dresingiem 150g , Ryż biały 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot truskawkowy 250ml ,	Płatki orkiszowe na mleku 300ml (MLE), Chleb bałtonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Twarożek haga 2szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU), Jabłko gotowane 150g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Budyń waniliowy 200g (GLU, JAJ, MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

sobota 2025-09-20 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), Pomidor 80g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Polędwica sopocka 60g (GLU),	Koperkowa z ziemniakami 400ml (GLU), Udko duszone bez skóry z pieca 150g (GLU), Sałata lodowa z dresingiem 150g , Ryż brązowy 150g , Sos pietruszkowy 100g (GLU), Kompot truskawkowy bez cukru 250ml ,	masło 15g 1szt (MLE), Chleb razowy 75g (GLU), Twarożek haga 2szt (MLE), Sałatka z ogórka świeżego ze słonecznikiem 80g (GLU, ORZ), Herbata bez cukru 250ml , Szynka delikatesowa z fileta 60g (GLU),
II Śniadanie: Sałatka z buraka i rukoli ze słonecznikiem i serem feta 100g (GLU, MLE, ORZ),	Podwieczorek: Serek wiejski 1 Por 200g (MLE), Orzechy włoskie 20g (ORZ)	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Twaróg 50g (MLE),

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

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser żółty 40g (MLE), Papryka 50g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Salata lodowa 30g ,	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab po kaszubsku 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Nektarynka 1szt , Buraczki oprószane 100g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Serek topiony 20g 2szt (MLE), Salatką z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 1 - Podstawowa wzbogacona		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser żółty 40g (MLE), Papryka 50g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Salata lodowa 30g ,	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab po kaszubsku 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Buraczki oprószane 100g (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kielbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Serek topiony 20g 2szt (MLE), Salatką z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Salata lodowa z jogurtem i ziołami 100g (MLE), Pieczywo razowe wasa 1szt (GLU),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 6 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek naturalny Bieluch 200g 1Por , Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser żółty 40g (MLE), Papryka 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Salata lodowa 30g ,	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Buraczki oprószane 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Salatką z pomidora i rukoli 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Salata lodowa z jogurtem i ziołami 100g (MLE), Pieczywo razowe wasa 1szt (GLU),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 25g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Paszтет drobiowy 40g (GLU, GOR),

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 7 - O kontrol. zawartości kw. tłuszcz.		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna15g 1szt , Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Papryka 50g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Salata lodowa 30g ,	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Buraczki oprószane 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), margaryna15g 1szt , Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Salatką z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Salata lodowa z jogurtem i ziołami 100g (MLE), Pieczywo razowe wasa 1szt (GLU),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2297.91 kcal; Białko ogółem: 92.28 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 20.79 g; Cholesterol: 194.40 mg; Węglowodany ogółem: 349.74 g; Cukry proste: 52.45 g; Sód: 1736.53 mg; Błonnik pokarmowy: 34.08 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 12 - Papkowata		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2117.75 kcal; Białko ogółem: 73.63 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 18.96 g; Cholesterol: 267.74 mg; Węglowodany ogółem: 233.83 g; Cukry proste: 9.37 g; Sód: 1305.86 mg; Błonnik pokarmowy: 8.75 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 14 - Płynna wzmocniona		
Manna z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowana/ 500ml (GLU, JAJ, MLE),	Ziemniaczanka na filecie /zmiksowana/ 500g (MLE),	Ryż z masłem, jajkiem, mlekiem w proszku /zmiksowany/ 500ml (MLE),
II Śniadanie: Chrupki z mlekiem i masłem /zmiksowane/ 250ml (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy /zmiksowany/ 200g (MLE),	

Wartości odżywcze: Energia : 2270.24 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 25.65 g; Cholesterol: 287.90 mg; Węglowodany ogółem: 253.64 g; Cukry proste: 14.95 g; Sód: 1485.94 mg; Błonnik pokarmowy: 13.27 g;

niedziela 2025-09-21 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 szynki 60g , Ser deliser 2szt (MLE), Salátka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa bez śmietany 400ml (GLU, SEL), Potrawka ze schabu 150g (GLU, SEL), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (MLE), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Salátka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Koktajl truskawkowy 200g (MLE), Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml ,
		Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 3A - Trzustkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Salátka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2138.48 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 23.83 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.44 g; Cholesterol: 164.80 mg; Węglowodany ogółem: 363.29 g; Cukry proste: 58.86 g; Sód: 1718.37 mg; Błonnik pokarmowy: 30.57 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 3 - Niskotłuszczowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Salátka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 100g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 9 - Wysokobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), masło 15g 1szt (MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Salátka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószone 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Puree z dyni 80g , Herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: 10 - Niskobiałkowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Krem orzechowy 2szt (GLU, MLE, ORZ), Salátka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), zapiekanka z ryżu i jabłka 250g (MLE), sos waniliowy z/c 140ml (GLU, JAJ, MLE), Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Serek tartare 20g 1szt (MLE), Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml , Dżem 2szt ,
	Podwieczorek: chrupki 30g ,	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: P3 - Małe dzieci		
Manna na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb pszenny 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z cukinii z koncentratem 40g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Potrawka ze schabu 150g (GLU, SEL), Sałatka z marchwi i jabłka 80g , Ziemniaki 80g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 150ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 50g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 1270.11 kcal; Białko ogółem: 69.93 g; Tłuszcz: 35.84 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 11.70 g; Cholesterol: 215.32 mg; Węglowodany ogółem: 223.04 g; Cukry proste: 54.52 g; Sód: 722.83 mg; Błonnik pokarmowy: 11.71 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: P1 - Duże dzieci		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser żółty 40g (MLE), Papryka 50g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Sałata lodowa 30g ,	Brokułowa 400ml (GLU, MLE, SEL), Schab duszony z pieca 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Buraczki oprószane 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Chleb baltonowski 75g (GLU), Chleb razowy 25g (GLU), Masło 15 g T 1szt (MLE), Kiełbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Serek topiony 20g 2szt (MLE), Sałatka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt (MLE),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

Wartości odżywcze: Energia : 2358.00 kcal; Białko ogółem: 85.06 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tłuszcz. nasycone: 26.39 g; Cholesterol: 289.50 mg; Węglowodany ogółem: 354.36 g; Cukry proste: 58.18 g; Sód: 1856.33 mg; Błonnik pokarmowy: 33.03 g;

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: C1 - Podstawowa		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser żółty 40g (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki 50g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), Sałata lodowa 30g ,	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Buraczki oprószane 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kiełbasa krakowska podsuszana 60g (GLU), Serek topiony 20g 2szt (MLE), Sałatka z pomidora i rukoli 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: C2 - Łatwostrawna		
Manna na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb baltonowski 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser deliser 2szt (MLE), Sałatka z marchwi 80g , Kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE),	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), Buraczki oprószane 150g (GLU), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka 250ml , Sos koperkowy 100ml (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Płatki jęczmienne na mleku 300ml (GLU, MLE), Chleb mieszany 100g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Puree z dyni 80g , herbata z cukrem 250ml ,
	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy 200g (MLE),	Posiłek nocny: Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,

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

niedziela 2025-09-21 Jadłospis dla diety: C3 - Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
Serek naturalny Bieluch 200g 1Por , Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Szynka delikatesowa z fileta 50g (GLU), Ser żółty 40g (MLE), Sałatka z marchwi z natką pietruszki 50g , Kawa z mlekiem bez cukru 250ml (GLU, MLE), Sałata lodowa 30g ,	Ziemniaczanka z natką pietruszki 400ml (GLU), Schab duszony z pieca 90g (GLU), mizeria z jogurtem 100g (MLE), Ziemniaki 150g , Kompot z rabarbaru i jabłka bez cukru 250ml , Buraczki oprószane 100g (GLU), Sos koperkowy 100ml (GLU),	Chleb razowy 75g (GLU), masło 15g 1szt (MLE), Kurczak gotowany 60g , Serek tartare 20g 2szt (MLE), Sałatka z pomidora i rukoli 80g , Herbata bez cukru 250ml ,
II Śniadanie: Sałata lodowa z jogurtem i ziołami 100g (MLE), Pieczywo razowe wasa 1szt (GLU),	Podwieczorek: Koktajl truskawkowy bez cukru 200g (MLE),	Posiłek nocny: Chleb razowy 30g (GLU), Masło 10g 1szt (MLE), Pasztet drobiowy 40g (GLU, GOR),

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