

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),	Fasolowa z parówką wierzową cieką 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.24 kcal; Białko ogółem: 68.18 g; Tłuszcz: 75.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.07 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; suma cukrów prostych: 131.36 g; Sód: 3381.57 mg; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;		
sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),	Marchwianka z wkladką 500g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.37 kcal; Białko ogółem: 67.66 g; Tłuszcz: 86.36 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 300.39 g; suma cukrów prostych: 132.96 g; Sód: 2951.75 mg; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;		
sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Fasolowa z parówką wierzową cieką 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.60 kcal; Białko ogółem: 82.26 g; Tłuszcz: 87.77 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 291.12 g; suma cukrów prostych: 101.80 g; Sód: 3511.17 mg; Błonnik pokarmowy: 30.62 g;		
sobota 2026-08-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),	Marchwianka z wkladką 500g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.24 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 66.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 368.06 g; suma cukrów prostych: 154.55 g; Sód: 3282.00 mg; Błonnik pokarmowy: 27.30 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa biała 1szt (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Chrzan 10g , Pomidor 50g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/ twaróg z zieleniną 50 g 1Por (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Papryka 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2570.05 kcal; Białko ogółem: 72.11 g; Tłuszcz: 98.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 333.33 g; suma cukrów prostych: 97.63 g; Sód: 4125.72 mg; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;		
niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa biała 1szt (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/ twaróg z zieleniną 50 g 1Por (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2483.18 kcal; Białko ogółem: 71.71 g; Tłuszcz: 93.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 316.54 g; suma cukrów prostych: 89.75 g; Sód: 4006.65 mg; Błonnik pokarmowy: 21.57 g;		
niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa biała 1szt (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/ twaróg z zieleniną 50 g 1Por (<i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Papryka 50g ,
II Śniadanie: Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 20g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3034.76 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 118.36 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 395.22 g; suma cukrów prostych: 111.26 g; Sód: 4724.82 mg; Błonnik pokarmowy: 41.09 g;		
niedziela 2026-08-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa biała 1szt (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Pomidor 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (<i>JAJ</i>), Dżem 50g (<i>S02</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2624.13 kcal; Białko ogółem: 80.79 g; Tłuszcz: 76.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.27 g; Węglowodany ogółem: 381.93 g; suma cukrów prostych: 144.14 g; Sód: 4552.48 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-03Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz węgierski SZP 250g (<i>GLU, SOJ, MLE, GOR</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 170g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2227.03 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz: 87.46 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 266.22 g; suma cukrów prostych: 50.34 g; Sód: 6833.34 mg; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;		
poniedziałek 2026-08-03Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1996.16 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 69.92 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.13 g; Węglowodany ogółem: 234.52 g; suma cukrów prostych: 47.51 g; Sód: 5965.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.57 g;		
poniedziałek 2026-08-03Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka gotowana 30g (<i>GOR</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2511.12 kcal; Białko ogółem: 113.27 g; Tłuszcz: 90.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.89 g; Węglowodany ogółem: 296.50 g; suma cukrów prostych: 53.18 g; Sód: 6854.20 mg; Błonnik pokarmowy: 36.55 g;		
poniedziałek 2026-08-03Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2023.26 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 55.45 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 261.81 g; suma cukrów prostych: 70.11 g; Sód: 6007.63 mg; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty białej 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2722.75 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 95.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 349.99 g; suma cukrów prostych: 70.79 g; Sód: 7008.79 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Brokuły 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.51 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 77.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 297.47 g; suma cukrów prostych: 62.18 g; Sód: 5463.73 mg; Błonnik pokarmowy: 24.83 g;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty białej 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2524.37 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 90.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 333.06 g; suma cukrów prostych: 79.62 g; Sód: 5604.79 mg; Błonnik pokarmowy: 36.29 g;

wtorek 2026-08-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 15g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Brokuły 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 15g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.04 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 61.40 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 309.56 g; suma cukrów prostych: 65.50 g; Sód: 5540.85 mg; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Dżem 80g,szynka z indyka 30g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Udko gotowane w sosie cytrynowym 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Margaryna śniadaniowa 30g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Kielbasa żywiecka 60g/ser topiony plastry 2 szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2732.82 kcal; Białko ogółem: 101.28 g; Tłuszcz: 79.16 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.26 g; Węglowodany ogółem: 401.32 g; suma cukrów prostych: 140.22 g; Sód: 6405.10 mg; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;		
środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Dżem 80g,szynka z indyka 30g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Udko gotowane w sosie cytrynowym 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa żywiecka 60g/ser topiony plastry 2 szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2559.28 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 78.19 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 354.58 g; suma cukrów prostych: 138.72 g; Sód: 5990.10 mg; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;		
środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 30g (<i>GLU, GOR</i>), Ser żółty 50g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży 50g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Udko gotowane w sosie cytrynowym 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ryż 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa żywiecka 60g/ser topiony plastry 2 szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Budyń b/c 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2807.15 kcal; Białko ogółem: 124.77 g; Tłuszcz: 108.18 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 338.19 g; suma cukrów prostych: 99.75 g; Sód: 6477.24 mg; Błonnik pokarmowy: 33.01 g;		
środa 2026-08-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Dżem 80g,szynka z indyka 30g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Udko gotowane w sosie cytrynowym 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ryż 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa żywiecka 60g/ser topiony plastry 2 szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Budyń z cukrem 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2611.28 kcal; Białko ogółem: 107.01 g; Tłuszcz: 62.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 391.81 g; suma cukrów prostych: 156.14 g; Sód: 6747.80 mg; Błonnik pokarmowy: 21.06 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 50g/dżem 50g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Salata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kielbasa z rusztu 120g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ziemniaki 300g , Kapusta biała gotowana 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Paprykarz 100g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Ogórek zielony 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2361.51 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz: 92.24 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; suma cukrów prostych: 87.67 g; Sód: 5386.97 mg; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;		
czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 50g/dżem 50g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Salata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Szpinak duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Margaryna śniadaniowa 30g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.81 kcal; Białko ogółem: 71.12 g; Tłuszcz: 72.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 292.09 g; suma cukrów prostych: 80.57 g; Sód: 5089.56 mg; Błonnik pokarmowy: 19.90 g;		
czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Szpinak duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2361.26 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 78.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 316.94 g; suma cukrów prostych: 75.53 g; Sód: 5539.56 mg; Błonnik pokarmowy: 32.45 g;		
czwartek 2026-08-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 15g , Polędwica drobiowa 50g/dżem 50g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Salata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Szpinak duszony 150g (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 15g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.21 kcal; Białko ogółem: 71.53 g; Tłuszcz: 54.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 318.93 g; suma cukrów prostych: 103.01 g; Sód: 5107.56 mg; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z rzodkiewką 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba morszczuk z sosem greckim I 200g (<i>GLU, JAJ, RYB, SEL, GOR</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Margaryna śniadaniowa 30g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Ogórek kiszony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.79 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 81.24 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Sód: 5569.04 mg; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z zieleciną 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.88 kcal; Białko ogółem: 80.70 g; Tłuszcz: 70.31 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; suma cukrów prostych: 56.87 g; Sód: 4765.58 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z zieleciną 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor, sałata 1Por ,
II Śniadanie: Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 40g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2546.58 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 94.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 324.53 g; suma cukrów prostych: 64.74 g; Sód: 5550.78 mg; Błonnik pokarmowy: 39.20 g;

piątek 2026-08-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleciną 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (<i>RYB, SEL</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.24 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 58.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; suma cukrów prostych: 87.05 g; Sód: 5252.63 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-08Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Schab pieczony 50g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Papryka 50g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem wiśniowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Marmolada 60g/ kielbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2563.21 kcal; Białko ogółem: 102.24 g; Tłuszcz: 84.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 369.98 g; suma cukrów prostych: 105.69 g; Sód: 4244.10 mg; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;		
sobota 2026-08-08Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Schab pieczony 50g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem wiśniowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Marmolada 60g/ kielbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Salata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2075.27 kcal; Białko ogółem: 79.72 g; Tłuszcz: 73.66 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 282.47 g; suma cukrów prostych: 104.76 g; Sód: 2935.04 mg; Błonnik pokarmowy: 16.82 g;		
sobota 2026-08-08Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Schab pieczony 50g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem wiśniowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2297.48 kcal; Białko ogółem: 95.00 g; Tłuszcz: 101.01 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 278.24 g; suma cukrów prostych: 72.40 g; Sód: 3179.24 mg; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;		
sobota 2026-08-08Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Schab pieczony 50g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem wiśniowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Marmolada 60g/ kielbasa szynkowa drobiowa 50g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169.67 kcal; Białko ogółem: 85.28 g; Tłuszcz: 60.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 329.83 g; suma cukrów prostych: 125.92 g; Sód: 2967.84 mg; Błonnik pokarmowy: 17.58 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 30g (<i>GLU, GOR</i>), Rzodkiewka 50g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet schabowy 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 300g , Salata w śmietanie 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Ogórek kiszony 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2547.42 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 86.77 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 350.52 g; suma cukrów prostych: 52.51 g; Sód: 6548.48 mg; Błonnik pokarmowy: 23.43 g;		
niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Salata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.05 kcal; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 67.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 286.38 g; suma cukrów prostych: 54.70 g; Sód: 5614.67 mg; Błonnik pokarmowy: 19.37 g;		
niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Salata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser żółty 20g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.80 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 81.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 327.04 g; suma cukrów prostych: 68.44 g; Sód: 6019.47 mg; Błonnik pokarmowy: 34.27 g;		
niedziela 2026-08-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Salata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 70g (<i>GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.38 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 55.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 303.87 g; suma cukrów prostych: 71.75 g; Sód: 5513.09 mg; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: I		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa golonkowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek zielony 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszotto chłopskie z kielbasą 350g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Śledź w sosie pomidorowym80g/jajko gotowane 1 szt 1Por (<i>JAJ, RYB, SOJ, SEL</i>), Salata 35g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.55 kcal; Białko ogółem: 95.78 g; Tłuszcz: 86.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; suma cukrów prostych: 60.14 g; Sód: 6138.02 mg; Błonnik pokarmowy: 25.00 g;

poniedziałek 2026-08-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszotto z indykiem i warzywami 350g (<i>GLU, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Powidła 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Salata 35g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033.68 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 68.88 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 299.63 g; suma cukrów prostych: 80.99 g; Sód: 4325.30 mg; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;

poniedziałek 2026-08-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek zielony 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszotto z indykiem i warzywami 350g (<i>GLU, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 30g , Serek granii 1 szt 1szt (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094.31 kcal; Białko ogółem: 135.69 g; Tłuszcz: 72.93 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 290.87 g; suma cukrów prostych: 77.38 g; Sód: 4654.22 mg; Błonnik pokarmowy: 33.92 g;

poniedziałek 2026-08-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszotto z indykiem i warzywami 350g (<i>GLU, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidła 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.76 kcal; Białko ogółem: 122.25 g; Tłuszcz: 57.21 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.13 g; Węglowodany ogółem: 312.24 g; suma cukrów prostych: 93.70 g; Sód: 4335.82 mg; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;

Dietetyk

.....