

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, jajko 1 szt 1Por (GLU, JAJ, GOR), Papryka konserwowa 50g (S02),	Buraczkowa 500ml (SOJ, SEL, GOR, S02), Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, MLE), Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g (GLU, GOR), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.58 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 69.05 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; suma cukrów prostych: 72.97 g; Sód: 3146.26 mg; Błonnik pokarmowy: 18.76 g;		
środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, jajko 1 szt 1Por (GLU, JAJ, GOR), Pomidor 50g ,	Buraczkowa 500ml (SOJ, SEL, GOR, S02), Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, MLE), Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g (GLU, GOR), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2063.77 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 67.74 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 249.46 g; suma cukrów prostych: 72.84 g; Sód: 2649.12 mg; Błonnik pokarmowy: 14.92 g;		
środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo razowe 120g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, jajko 1 szt 1Por (GLU, JAJ, GOR), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (SOJ, SEL, GOR, S02), Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, MLE), Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g (GLU, GOR), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biskwity b/cukru 40g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.62 kcal; Białko ogółem: 122.21 g; Tłuszcz: 82.46 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 276.32 g; suma cukrów prostych: 87.33 g; Sód: 2785.12 mg; Błonnik pokarmowy: 27.26 g;		
środa 2026-06-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, jajko 1 szt 1Por (GLU, JAJ, GOR), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (SOJ, SEL, GOR, S02), Pierogi leniwe z masłem 300g (GLU, JAJ, MLE), Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g (GLU, GOR), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biskwity 40g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.07 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 69.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 273.57 g; suma cukrów prostych: 98.29 g; Sód: 2536.22 mg; Błonnik pokarmowy: 16.91 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Mielonka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Klops gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Śledź w sosie pomidorowym 100g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Rzodkiewka 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2338.80 kcal; Białko ogółem: 92.40 g; Tłuszcz: 78.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.67 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; suma cukrów prostych: 55.61 g; Sód: 5212.23 mg; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;		
czwartek 2026-06-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Klops gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotta 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2381.63 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 68.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.03 g; Węglowodany ogółem: 336.78 g; suma cukrów prostych: 58.67 g; Sód: 5778.67 mg; Błonnik pokarmowy: 34.94 g;		
czwartek 2026-06-11 Jadłospis 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 20g , Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Klops gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotta 80g (<i>GLU, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2718.78 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 78.08 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.39 g; Węglowodany ogółem: 385.96 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Sód: 5683.32 mg; Błonnik pokarmowy: 46.61 g;		
czwartek 2026-06-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser fromage 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Klops gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotta 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pieczywo 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.32 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 63.95 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.74 g; Węglowodany ogółem: 349.26 g; suma cukrów prostych: 61.68 g; Sód: 5440.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 80g (<i>S02</i>), Ser top pl 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba smażona morskazuk 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki 300g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.76 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 57.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 404.03 g; suma cukrów prostych: 101.16 g; Sód: 5354.05 mg; Błonnik pokarmowy: 27.34 g;		
piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 80g (<i>S02</i>), Ser top pl 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Mielone kuleczki rybne w sosie warzywnym 90g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.88 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz: 42.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 348.94 g; suma cukrów prostych: 103.57 g; Sód: 4760.89 mg; Błonnik pokarmowy: 23.26 g;		
piątek 2026-06-12 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 20g , Szyńka z indyka 30 g/ ser top 2 pl 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Mielone kuleczki rybne w sosie warzywnym 90g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg 80g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 25g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.82 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 64.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.80 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; suma cukrów prostych: 59.56 g; Sód: 5455.42 mg; Błonnik pokarmowy: 34.97 g;		
piątek 2026-06-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 80g (<i>S02</i>), Ser top pl 2szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Mielone kuleczki rybne w sosie warzywnym 90g (<i>GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Pieczywo 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 25g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.58 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 51.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.30 g; Węglowodany ogółem: 376.26 g; suma cukrów prostych: 116.53 g; Sód: 4918.64 mg; Błonnik pokarmowy: 23.55 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2473.82 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 64.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 351.60 g; suma cukrów prostych: 61.56 g; Sód: 5617.08 mg; Błonnik pokarmowy: 33.78 g;		
wtorek 2026-06-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.16 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Tłuszcz: 67.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; suma cukrów prostych: 61.53 g; Sód: 5981.20 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g;		
wtorek 2026-06-16 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2380.24 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 69.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 319.86 g; suma cukrów prostych: 75.47 g; Sód: 5894.37 mg; Błonnik pokarmowy: 36.49 g;		
wtorek 2026-06-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.81 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 67.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.55 g; Węglowodany ogółem: 313.97 g; suma cukrów prostych: 88.86 g; Sód: 6496.85 mg; Błonnik pokarmowy: 31.22 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z sosem bolonese I 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 60g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),
	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.49 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 64.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.79 g; Węglowodany ogółem: 397.53 g; suma cukrów prostych: 106.76 g; Sód: 5234.00 mg; Błonnik pokarmowy: 24.56 g;

środa 2026-06-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<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>), Makaron z sosem bolonese D 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 60g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),
	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.00 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 64.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.49 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; suma cukrów prostych: 106.72 g; Sód: 4402.70 mg; Błonnik pokarmowy: 21.06 g;

środa 2026-06-17 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 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z sosem bolonese D 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Krakеры 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2423.00 kcal; Białko ogółem: 96.70 g; Tłuszcz: 78.13 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 327.70 g; suma cukrów prostych: 70.47 g; Sód: 4834.30 mg; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

środa 2026-06-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 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>), Makaron z sosem bolonese D 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 60g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),
II Śniadanie: Biskopcy 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2300.60 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 65.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; suma cukrów prostych: 121.58 g; Sód: 4145.70 mg; Błonnik pokarmowy: 20.00 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Sałata 35g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka z kotła 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.42 kcal; Białko ogółem: 100.66 g; Tłuszcz: 74.29 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; suma cukrów prostych: 80.36 g; Sód: 5715.44 mg; Błonnik pokarmowy: 20.14 g;		
czwartek 2026-06-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Sałata 35g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka z kotła 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.52 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 70.51 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.12 g; Węglowodany ogółem: 305.82 g; suma cukrów prostych: 80.68 g; Sód: 5641.09 mg; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;		
czwartek 2026-06-18 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 20g , Szyunka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Sałata 35g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka z kotła 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2419.27 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 72.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 340.64 g; suma cukrów prostych: 106.99 g; Sód: 5727.89 mg; Błonnik pokarmowy: 33.24 g;		
czwartek 2026-06-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Sałata 35g ,	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyunka z kotła 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser topiony 25g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.67 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 72.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.81 g; Węglowodany ogółem: 317.97 g; suma cukrów prostych: 104.31 g; Sód: 5838.24 mg; Błonnik pokarmowy: 20.46 g;		

Dietetyk

.....