

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z ryby makreli 80g ( <i>JAJ, RYB</i> ), Ogórek zielony 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Kotlety ziemniaczane 2szt ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos pieczarkowy 150ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko 1szt/ twaróg z rzodkiewką 50g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata 35g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2489.40 kcal; Białko ogółem: 94.08 g; Tłuszcz: 83.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 352.12 g; suma cukrów prostych: 54.08 g; Sód: 5977.20 mg; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;		
<b>piątek 2026-04-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 80g/ser topiony 50 g 1Por ( <i>MLE, S02</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko 1szt/ twaróg z rzodkiewką 50g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata 35g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2243.75 kcal; Białko ogółem: 76.20 g; Tłuszcz: 52.38 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 338.33 g; suma cukrów prostych: 105.24 g; Sód: 5745.83 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;		
<b>piątek 2026-04-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 80g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko 1szt/ twaróg z rzodkiewką 50g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biskvity b/cukru 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2312.00 kcal; Białko ogółem: 101.32 g; Tłuszcz: 77.13 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 310.40 g; suma cukrów prostych: 66.09 g; Sód: 5939.77 mg; Błonnik pokarmowy: 37.89 g;		
<b>piątek 2026-04-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 80g/ser topiony 50 g 1Por ( <i>MLE, S02</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z białej jaj/ twaróg z rzodkiewką 50g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biskvity 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2172.04 kcal; Białko ogółem: 71.11 g; Tłuszcz: 49.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.34 g; Węglowodany ogółem: 311.74 g; suma cukrów prostych: 121.84 g; Sód: 4163.30 mg; Błonnik pokarmowy: 19.74 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa salami 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Grochówka z parówką wieprzową 500ml ( <i>SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g ( <i>MLE</i> ), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por ( <i>MLE</i> ), Ogórek zielony 80g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2413.23 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz: 84.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 319.42 g; suma cukrów prostych: 112.52 g; Sód: 4017.13 mg; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

<b>sobota 2026-04-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta drobiowa 80g ( <i>SEL</i> ), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana z wklądką 500g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g ( <i>MLE</i> ), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2482.67 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 82.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 326.03 g; suma cukrów prostych: 119.30 g; Sód: 5031.65 mg; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

<b>sobota 2026-04-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta drobiowa 80g ( <i>SEL</i> ), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana z wklądką 500g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g ( <i>MLE</i> ), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1 szt 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa szynkowa drobiowa 30g ( <i>GLU, GOR</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Budyń b/c 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2586.09 kcal; Białko ogółem: 129.14 g; Tłuszcz: 95.34 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 325.47 g; suma cukrów prostych: 104.28 g; Sód: 5362.57 mg; Błonnik pokarmowy: 36.48 g;

<b>sobota 2026-04-11</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta drobiowa 80g ( <i>SEL</i> ), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 350g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g ( <i>MLE</i> ), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biskopty 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Budyń z cukrem 150ml ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2469.57 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; Tłuszcz: 84.34 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 329.93 g; suma cukrów prostych: 134.91 g; Sód: 4402.95 mg; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <b>GLU, MLE, GOR</b> ), Pieczywo mieszane 180g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g ( <b>SOJ, SEL, S02</b> ), Rzodkiewka 80g ,	Rosolnik 500g ( <b>SOJ, SEL, GOR, S02</b> ), Schab pieczony w sosie własnym 90g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</b> ), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g ( <b>S02</b> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, GOR</b> ), Ser biały 30g ( <b>MLE</b> ), Papryka 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2201.55 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz: 59.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.72 g; Węglowodany ogółem: 351.04 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Sód: 5772.68 mg; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;		
<b>niedziela 2026-04-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <b>GLU, MLE, GOR</b> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g ( <b>SOJ, SEL, S02</b> ), Salata 35g ,	Rosolnik 500g ( <b>SOJ, SEL, GOR, S02</b> ), Schab w sosie koperkowym 90g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</b> ), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g ( <b>S02</b> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, GOR</b> ), Ser biały 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1941.08 kcal; Białko ogółem: 69.03 g; Tłuszcz: 53.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.09 g; Węglowodany ogółem: 293.02 g; suma cukrów prostych: 48.83 g; Sód: 5307.16 mg; Błonnik pokarmowy: 21.17 g;		
<b>niedziela 2026-04-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <b>GLU, MLE, GOR</b> ), Pieczywo razowe 120g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g ( <b>SOJ, SEL, S02</b> ), Rzodkiewka 80g ,	Rosolnik 500g ( <b>SOJ, SEL, GOR, S02</b> ), Schab w sosie koperkowym 90g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</b> ), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g ( <b>S02</b> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, GOR</b> ), Ser biały 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 50g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Szyńka z indyka 30g ( <b>GLU, GOR</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 1szt ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2156.10 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 62.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.43 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; suma cukrów prostych: 58.14 g; Sód: 5596.86 mg; Błonnik pokarmowy: 35.68 g;		
<b>niedziela 2026-04-12</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <b>GLU, MLE, GOR</b> ), Pieczywo mieszane 100g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g ( <b>SOJ, SEL, S02</b> ), Salata 35g ,	Rosolnik 500g ( <b>SOJ, SEL, GOR, S02</b> ), Schab w sosie koperkowym 90g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</b> ), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g ( <b>S02</b> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <b>GLU</b> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 50g ( <b>GLU, GOR</b> ), Ser biały 30g ( <b>MLE</b> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biskopty 40g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 1szt ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1958.18 kcal; Białko ogółem: 68.39 g; Tłuszcz: 54.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 303.61 g; suma cukrów prostych: 73.39 g; Sód: 5052.16 mg; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-04-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g/dżem 50g 1Por ( <i>GLU, GOR, S02</i> ), Ogórek zielony 80g ,	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Bigos 250g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Paprykarz 100g ( <i>RYB, SOJ, SEL</i> ), Pomidor 80g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2327.75 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 64.10 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 9.10 g; Węglowodany ogółem: 366.73 g; suma cukrów prostych: 92.38 g; Sód: 5798.96 mg; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;

<b>poniedziałek 2026-04-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g/dżem 50g 1Por ( <i>GLU, GOR, S02</i> ), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Gulasz wieprzowy karkowy z warzywami 250g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser topiony 2 pl 1Por ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2131.29 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 52.30 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 320.23 g; suma cukrów prostych: 89.94 g; Sód: 4631.90 mg; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

<b>poniedziałek 2026-04-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Gulasz wieprzowy karkowy z warzywami 250g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser topiony 2 pl 1Por ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa krakowska 30g ( <i>GLU, GOR</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2346.69 kcal; Białko ogółem: 126.61 g; Tłuszcz: 66.36 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Sód: 5675.70 mg; Błonnik pokarmowy: 36.72 g;

<b>poniedziałek 2026-04-13</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g/dżem 50g 1Por ( <i>GLU, GOR, S02</i> ), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Gulasz wieprzowy karkowy z warzywami 250g ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser topiony 2 pl 1Por ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Biskupki 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2111.89 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 53.66 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 322.49 g; suma cukrów prostych: 104.80 g; Sód: 4374.90 mg; Błonnik pokarmowy: 24.31 g;

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Mielonka 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ogórek zielony 80g ,	Koperkowa z lanym ciastem 500g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Udko duszone w sosie własnym 120g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g ( <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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2587.48 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 78.54 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 386.28 g; suma cukrów prostych: 108.66 g; Sód: 5990.12 mg; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;		
<b>środa 2026-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Koperkowa z lanym ciastem 500g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Udko duszone w sosie własnym 120g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por ( <i>MLE, S02</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2307.22 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 62.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.99 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; suma cukrów prostych: 108.65 g; Sód: 5679.88 mg; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;		
<b>środa 2026-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Koperkowa z lanym ciastem 500g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Udko duszone w sosie własnym 120g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 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 20g , Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Budyń b/c 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2551.52 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 75.20 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 334.93 g; suma cukrów prostych: 89.73 g; Sód: 5921.08 mg; Błonnik pokarmowy: 35.03 g;		
<b>środa 2026-04-15</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Koperkowa z lanym ciastem 500g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Udko duszone w sosie własnym 120g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50g ( <i>S02</i> ), Ser biały 60g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Budyń z cukrem 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2424.47 kcal; Białko ogółem: 113.75 g; Tłuszcz: 71.89 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; suma cukrów prostych: 127.66 g; Sód: 5892.03 mg; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 80g ( <i>MLE</i> ), Ogórek kiszony 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bitka wieprzowa duszona 90g ( <i>GLU, 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 , Pasztet drobiowy 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2569.94 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 84.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 384.19 g; suma cukrów prostych: 80.85 g; Sód: 5846.91 mg; Błonnik pokarmowy: 31.78 g;		
<b>czwartek 2026-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser fromage 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bitka wieprzowa duszona 90g ( <i>GLU, 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 , Pasztet drobiowy 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2361.76 kcal; Białko ogółem: 58.21 g; Tłuszcz: 72.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 341.54 g; suma cukrów prostych: 81.51 g; Sód: 4398.41 mg; Błonnik pokarmowy: 28.44 g;		
<b>czwartek 2026-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser fromage 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bitka wieprzowa duszona 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa krakowska 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka gotowana 30g ( <i>GOR</i> ),	Podwieczorek: Krakersy 40g ( <i>GLU</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2456.50 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 70.29 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 367.19 g; suma cukrów prostych: 74.77 g; Sód: 4822.79 mg; Błonnik pokarmowy: 36.73 g;		
<b>czwartek 2026-04-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser fromage 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Owocowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bitka wieprzowa duszona 90g ( <i>GLU, 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 , Kielbasa krakowska 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biskopki 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	Podwieczorek: Krakersy 40g ( <i>GLU</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2306.45 kcal; Białko ogółem: 67.60 g; Tłuszcz: 61.86 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.15 g; Węglowodany ogółem: 358.28 g; suma cukrów prostych: 102.24 g; Sód: 4565.77 mg; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
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 , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Rzodkiewka 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba smażona dorsz s 120g ( <i>GLU, JAJ, RYB</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty kiszanej 150g , Napój 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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2487.71 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 57.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 387.98 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; Sód: 5705.21 mg; Błonnik pokarmowy: 33.96 g;		
<b>piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
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 , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g ( <i>MLE</i> ), Napój 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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2240.00 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 52.72 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.74 g; Węglowodany ogółem: 321.48 g; suma cukrów prostych: 56.24 g; Sód: 5429.09 mg; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;		
<b>piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
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 , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g ( <i>MLE</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg 80g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 25g ( <i>MLE</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2527.50 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 67.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; suma cukrów prostych: 63.46 g; Sód: 5484.14 mg; Błonnik pokarmowy: 36.68 g;		
<b>piątek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
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 , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g ( <i>MLE</i> ), Napój 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> ),
<b>II Śniadanie:</b> Biskopty 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 1szt ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2257.10 kcal; Białko ogółem: 79.98 g; Tłuszcz: 54.20 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.11 g; Węglowodany ogółem: 332.07 g; suma cukrów prostych: 80.80 g; Sód: 5174.09 mg; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Metka 100g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Fasolowa z parówką wierzową cienką 500ml ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 50 g/ser topiony 25 g 1Por ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2263.31 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 72.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Sód: 4131.45 mg; Błonnik pokarmowy: 30.93 g;

<b>sobota 2026-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z jaj z zieleciną 80g ( <i>JAJ</i> ), Sałata 35g ,	Selerowa z parówką cienką wieprzową 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka gotowana 80g ( <i>GOR</i> ), Pomidor 80g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1980.52 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 74.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 264.58 g; suma cukrów prostych: 85.07 g; Sód: 3324.29 mg; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;

<b>sobota 2026-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z jaj z zieleciną 80g ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 80g ,	Selerowa z parówką cienką wieprzową 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka gotowana 80g ( <i>GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Krakersy 40g ( <i>GLU</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2148.82 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz: 85.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 229.54 g; suma cukrów prostych: 69.98 g; Sód: 3339.99 mg; Błonnik pokarmowy: 31.04 g;

<b>sobota 2026-04-18</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z białek jaj 70g ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 80g ,	Selerowa z parówką cienką wieprzową 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka gotowana 80g ( <i>GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Krakersy 40g ( <i>GLU</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt ,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2019.43 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 81.36 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 262.99 g; suma cukrów prostych: 93.06 g; Sód: 3486.54 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kakao 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Sałatka z ryżem i kielbasą 150g ( <i>GLU, SEL, GOR, S02</i> ), Pomidor 80g,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Kotlet mielony 90g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki 300g, Buraczki tarte 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Kielbasa krakowska 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2468.07 kcal; Białko ogółem: 96.34 g; Tłuszcz: 83.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.79 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; suma cukrów prostych: 91.70 g; Sód: 5660.78 mg; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

<b>niedziela 2026-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kakao 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Sałatka z ryżem i kielbasą 150g ( <i>GLU, SEL, GOR, S02</i> ), Pomidor 80g,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Klops w sosie pietruszkowym 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g, Buraczki tarte 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Szynka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g,

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2452.51 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 70.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 361.71 g; suma cukrów prostych: 92.18 g; Sód: 5956.19 mg; Błonnik pokarmowy: 29.02 g;

<b>niedziela 2026-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kakao 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Sałatka z ryżem i kielbasą 150g ( <i>GLU, SEL, GOR, S02</i> ), Pomidor 80g,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Klops w sosie pietruszkowym 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g, Surówka wielowarzywna 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Szynka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g, Kielbasa szynkowa drobiowa 30g ( <i>GLU, GOR</i> ),	Podwieczorek: Kefir 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2594.87 kcal; Białko ogółem: 111.52 g; Tłuszcz: 72.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 391.06 g; suma cukrów prostych: 85.51 g; Sód: 5533.34 mg; Błonnik pokarmowy: 41.19 g;

<b>niedziela 2026-04-19</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kakao 300ml ( <i>MLE</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Sałatka z ryżem i kielbasą 150g ( <i>GLU, SEL, GOR, S02</i> ), Pomidor 80g,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Klops w sosie pietruszkowym 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g, Buraczki tarte 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Szynka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g,
II Śniadanie: Biszkopty 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	Podwieczorek: Kefir 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2574.51 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 79.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 373.77 g; suma cukrów prostych: 115.23 g; Sód: 5699.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;

Dietetyk

.....