

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa salami 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Fasolowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka wielowarzywna s 120g , Napój 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: 2342.83 kcal; Białko ogółem: 71.90 g; Tłuszcz: 86.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.51 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; suma cukrów prostych: 82.70 g; Sód: 4250.93 mg; Błonnik pokarmowy: 29.69 g;

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Brokuły 120g , Napój 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: 2022.37 kcal; Białko ogółem: 81.73 g; Tłuszcz: 61.57 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 272.31 g; suma cukrów prostych: 87.98 g; Sód: 3426.39 mg; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

sobota 2026-03-21 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 , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka wielowarzywna s 120g , Napój 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: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa szynkowa drobiowa 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Budyń b/c 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.13 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 77.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 324.33 g; suma cukrów prostych: 103.08 g; Sód: 4139.01 mg; Błonnik pokarmowy: 38.78 g;

sobota 2026-03-21 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 , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kalfiorowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Brokuły 120g , Napój 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: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Budyń z cukrem 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2254.32 kcal; Białko ogółem: 86.26 g; Tłuszcz: 67.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 320.13 g; suma cukrów prostych: 121.57 g; Sód: 3186.14 mg; Błonnik pokarmowy: 23.29 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kurczak w galarecie 120g (<i>SEL</i>), Papryka konserwowa 50g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek świeży 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.14 kcal; Białko ogółem: 106.24 g; Tłuszcz: 56.79 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.17 g; Węglowodany ogółem: 372.90 g; suma cukrów prostych: 93.09 g; Sód: 4968.84 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;		
niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kurczak w galarecie 120g (<i>SEL</i>), Salata 35g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.23 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 55.71 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 333.25 g; suma cukrów prostych: 92.34 g; Sód: 4856.80 mg; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;		
niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kurczak w galarecie 120g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, 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: 2516.68 kcal; Białko ogółem: 118.34 g; Tłuszcz: 67.49 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; suma cukrów prostych: 108.71 g; Sód: 4877.80 mg; Błonnik pokarmowy: 43.69 g;		
niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kakao 300ml (<i>MLE</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kurczak w galarecie 120g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.63 kcal; Białko ogółem: 103.85 g; Tłuszcz: 57.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.26 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; suma cukrów prostych: 119.88 g; Sód: 4610.20 mg; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kapuśniak z kapusty kiszonej 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z mięsem z szynki wieprzowej i warzywami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.09 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 55.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.26 g; Węglowodany ogółem: 325.64 g; suma cukrów prostych: 50.80 g; Sód: 4056.01 mg; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;		
poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z mięsem z szynki wieprzowej i warzywami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816.45 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 55.26 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 229.94 g; suma cukrów prostych: 50.60 g; Sód: 2790.21 mg; Błonnik pokarmowy: 19.39 g;		
poniedziałek 2026-03-23 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 , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z mięsem z szynki wieprzowej i warzywami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.60 kcal; Białko ogółem: 107.42 g; Tłuszcz: 61.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 312.86 g; suma cukrów prostych: 69.83 g; Sód: 3488.01 mg; Błonnik pokarmowy: 33.71 g;		
poniedziałek 2026-03-23 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 , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z mięsem z szynki wieprzowej i warzywami 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z białek jaj 70g (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.97 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 68.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.45 g; Węglowodany ogółem: 291.99 g; suma cukrów prostych: 70.75 g; Sód: 3189.81 mg; Błonnik pokarmowy: 23.69 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Paprykarz 100g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Papryka 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.30 kcal; Białko ogółem: 76.73 g; Tłuszcz: 71.23 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 361.93 g; suma cukrów prostych: 54.77 g; Sód: 4978.51 mg; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;		
wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Kalaflor gotowany 150g , 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: 2430.90 kcal; Białko ogółem: 117.81 g; Tłuszcz: 65.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 342.29 g; suma cukrów prostych: 77.29 g; Sód: 4609.35 mg; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;		
wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1szt/szynka gotowana 30 g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.16 kcal; Białko ogółem: 126.59 g; Tłuszcz: 69.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 352.80 g; suma cukrów prostych: 85.63 g; Sód: 5394.17 mg; Błonnik pokarmowy: 38.77 g;		
wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Kalaflor gotowany 150g , 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 ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel z cukrem 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.75 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 71.23 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; suma cukrów prostych: 104.63 g; Sód: 5908.10 mg; Błonnik pokarmowy: 28.92 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztetowa 100g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Wiedeńska 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Bigos 250g (<i>GLU, GOR</i>), Ziemniaki 300g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (<i>GOR</i>), Papryka konserwowa 50g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372.42 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 87.19 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.37 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; suma cukrów prostych: 58.56 g; Sód: 4835.45 mg; Błonnik pokarmowy: 26.12 g;

środa 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Wiedeńska 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.66 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 72.97 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.82 g; Węglowodany ogółem: 285.08 g; suma cukrów prostych: 55.73 g; Sód: 3606.50 mg; Błonnik pokarmowy: 21.03 g;

środa 2026-03-25 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 , Szynka z indyka 30 g/ ser top 2 pl 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Wiedeńska 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2213.47 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 59.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 303.73 g; suma cukrów prostych: 62.01 g; Sód: 3567.51 mg; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

środa 2026-03-25 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 , Szynka z indyka 30 g/ ser top 2 pl 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Wiedeńska 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1960.77 kcal; Białko ogółem: 102.45 g; Tłuszcz: 48.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 284.16 g; suma cukrów prostych: 72.19 g; Sód: 4331.21 mg; Błonnik pokarmowy: 20.36 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g/dżem 80 g 1Por (<i>GLU</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Ogórek zielony 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 30g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2440.82 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz: 72.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 332.41 g; suma cukrów prostych: 102.35 g; Sód: 5083.59 mg; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;		
czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g/dżem 80 g 1Por (<i>GLU</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Pomidor 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 30g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2275.48 kcal; Białko ogółem: 98.44 g; Tłuszcz: 71.77 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 287.51 g; suma cukrów prostych: 102.34 g; Sód: 5446.49 mg; Błonnik pokarmowy: 21.73 g;		
czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 70g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Ogórek zielony 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 30g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biskvity b/cukru 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>),	Podwieczorek: Serek grani 1 szt 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.88 kcal; Białko ogółem: 159.16 g; Tłuszcz: 88.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 250.60 g; suma cukrów prostych: 55.99 g; Sód: 5631.19 mg; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;		
czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g/dżem 80 g 1Por (<i>GLU</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Pomidor 80g ,	Szpinakowa 500g (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 30g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.98 kcal; Białko ogółem: 99.90 g; Tłuszcz: 73.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 284.46 g; suma cukrów prostych: 117.94 g; Sód: 5241.09 mg; Błonnik pokarmowy: 22.65 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ryba w occie 100g (<i>GLU, RYB</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet z jaj 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z rzodkiewką 100g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2487.68 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 73.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 364.68 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Sód: 4586.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.51 g;

piątek 2026-03-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieloną 100g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2289.34 kcal; Białko ogółem: 76.05 g; Tłuszcz: 76.90 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 311.91 g; suma cukrów prostych: 72.49 g; Sód: 5317.70 mg; Błonnik pokarmowy: 28.87 g;

piątek 2026-03-27 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 , Sałatka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieloną 100g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna Rama 10g , Ser topiony 25g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.84 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 80.34 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.09 g; Węglowodany ogółem: 367.02 g; suma cukrów prostych: 88.67 g; Sód: 5101.00 mg; Błonnik pokarmowy: 44.55 g;

piątek 2026-03-27 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 , Sałatka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieloną 100g (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.09 kcal; Białko ogółem: 75.05 g; Tłuszcz: 78.26 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 337.70 g; suma cukrów prostych: 105.08 g; Sód: 5076.75 mg; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-28Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLE), Kawa b/ml 150ml (GLU, GOR), Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 80g (MLE), Sałata 35g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (GLU, SOJ, SEL, GOR, S02), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (GLU, MLE), Surówka z selera 120g (MLE, SEL), Napój 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g/ser topiony 25g 1Por (GLU, GOR), Papryka 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2537.09 kcal; Białko ogółem: 102.83 g; Tłuszcz: 81.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 365.93 g; suma cukrów prostych: 83.18 g; Sód: 3413.41 mg; Błonnik pokarmowy: 36.72 g;		
sobota 2026-03-28Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLE), Kawa b/ml 150ml (GLU, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (MLE, S02),	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (GLU, MLE), Surówka z selera 120g (MLE, SEL), Napój 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g/ser topiony 25g 1Por (GLU, MLE, GOR), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2162.91 kcal; Białko ogółem: 72.61 g; Tłuszcz: 62.09 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; suma cukrów prostych: 123.03 g; Sód: 3014.86 mg; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;		
sobota 2026-03-28Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLE), Kawa b/ml 150ml (GLU, GOR), Pieczywo razowe 70g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1 szt 1szt (MLE), Pomidor 50g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (GLU, MLE), Surówka z kapusty kiszonej 150g , Napój 300g (S02), Surówka z selera 120g (MLE, SEL),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g/ser topiony 25g 1Por (GLU, MLE, GOR), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (GLU),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2503.45 kcal; Białko ogółem: 131.35 g; Tłuszcz: 90.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; suma cukrów prostych: 111.71 g; Sód: 3466.66 mg; Błonnik pokarmowy: 35.84 g;		
sobota 2026-03-28Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (MLE), Kawa b/ml 150ml (GLU, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (MLE, S02),	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (GLU, MLE), Surówka z selera 120g (MLE, SEL), Napój 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (GLU, GOR), Ser biały 30g (MLE), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkoty 40g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.61 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 64.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.50 g; Węglowodany ogółem: 348.76 g; suma cukrów prostych: 144.60 g; Sód: 2632.81 mg; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń karkowa w sosie własnym 150g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2462.07 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 75.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 341.50 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Sód: 4370.84 mg; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;		
niedziela 2026-03-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń karkowa w sosie własnym 150g (<i>GLU, 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 , Jajko gotowane 1szt/kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.53 kcal; Białko ogółem: 103.17 g; Tłuszcz: 74.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 294.76 g; suma cukrów prostych: 56.17 g; Sód: 5509.84 mg; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;		
niedziela 2026-03-29 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 , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń karkowa w sosie własnym 150g (<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 , Jajko gotowane 1szt/kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna Rama 10g , Ser żółty 20g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2555.28 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 87.75 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 335.42 g; suma cukrów prostych: 69.91 g; Sód: 5914.64 mg; Błonnik pokarmowy: 39.49 g;		
niedziela 2026-03-29 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 , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pieczeń karkowa w sosie własnym 150g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z białek jaj 40gt/kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2316.09 kcal; Białko ogółem: 110.67 g; Tłuszcz: 71.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 325.39 g; suma cukrów prostych: 1689.49 g; Sód: 4076.85 mg; Błonnik pokarmowy: 24.97 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa golonkowa 60g (<i>GLU, GOR</i>), Ser fromage 0.5szt (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz z indyka z cukinią i marchewką 250g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.09 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 45.26 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.58 g; Węglowodany ogółem: 357.44 g; suma cukrów prostych: 85.19 g; Sód: 4757.66 mg; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;

poniedziałek 2026-03-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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 ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz z indyka z cukinią i marchewką 250g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.27 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 44.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 6.88 g; Węglowodany ogółem: 312.10 g; suma cukrów prostych: 85.18 g; Sód: 3951.86 mg; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

poniedziałek 2026-03-30 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser fromage 1szt (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz z indyka z cukinią i marchewką 250g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.07 kcal; Białko ogółem: 93.63 g; Tłuszcz: 54.50 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 9.26 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; suma cukrów prostych: 82.71 g; Sód: 4323.56 mg; Błonnik pokarmowy: 35.45 g;

poniedziałek 2026-03-30 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 , Ser fromage 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz z indyka z cukinią i marchewką 250g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2060.62 kcal; Białko ogółem: 79.65 g; Tłuszcz: 45.89 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 7.19 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; suma cukrów prostych: 95.19 g; Sód: 3693.86 mg; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;

Dietetyk

.....