

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-29 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>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Risotto I 350g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</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>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2205.58 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 60.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; suma cukrów prostych: 56.90 g; Sód: 6062.40 mg; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;		
poniedziałek 2026-06-29 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 ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Risotto D 350g (<i>SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1864.10 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz: 45.12 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 265.62 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Sód: 4868.26 mg; Błonnik pokarmowy: 23.74 g;		
poniedziałek 2026-06-29 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 , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Risotto D 350g (<i>SEL</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>), Rzodkiewka 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczerek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2025.15 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 50.03 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 289.06 g; suma cukrów prostych: 70.32 g; Sód: 5490.71 mg; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;		
poniedziałek 2026-06-29 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 , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Risotto D 350g (<i>SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczerek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.60 kcal; Białko ogółem: 82.34 g; Tłuszcz: 47.17 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 262.57 g; suma cukrów prostych: 70.26 g; Sód: 4662.86 mg; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, 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 , Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Papryka konserwowa 50g (<i>S02</i>),
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2442.46 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 64.50 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.99 g;
Węglowodany ogółem: 355.53 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Sód: 4309.85 mg; Błonnik pokarmowy: 28.91 g;

środa 2026-07-01 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 , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, 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 pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2253.53 kcal; Białko ogółem: 112.31 g; Tłuszcz: 59.41 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 10.97 g;
Węglowodany ogółem: 309.69 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Sód: 3627.33 mg; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

środa 2026-07-01 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 , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, 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 , Szynka gotowana 50g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2413.46 kcal; Białko ogółem: 123.87 g; Tłuszcz: 74.03 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.04 g;
Węglowodany ogółem: 322.97 g; suma cukrów prostych: 59.32 g; Sód: 3765.45 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, 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 , Szynka gotowana 50g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.66 kcal; Białko ogółem: 111.97 g; Tłuszcz: 60.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.33 g;
Węglowodany ogółem: 312.09 g; suma cukrów prostych: 75.08 g; Sód: 3377.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.73 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z rzodkiewką 100g (<i>MLE</i>),	Botwinka 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Jajko sadzone 2szt (<i>JAJ</i>), ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z ryby makreli 80g (<i>JAJ, RYB</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2458.94 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 84.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 330.77 g; suma cukrów prostych: 73.19 g; Sód: 5361.37 mg; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;		
piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 80g (<i>MLE</i>),	Botwinka 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Jajko gotowane 2 w sosie pomidorowym 2szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2273.15 kcal; Białko ogółem: 78.25 g; Tłuszcz: 72.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.09 g; Węglowodany ogółem: 326.47 g; suma cukrów prostych: 80.33 g; Sód: 5427.44 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g;		
piątek 2026-07-03 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 , Twaróg z zieleniną 100g (<i>MLE</i>),	Botwinka 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Jajko gotowane 2 w sosie pomidorowym 2szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 25g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2586.55 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 83.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 374.52 g; suma cukrów prostych: 93.35 g; Sód: 5943.54 mg; Błonnik pokarmowy: 42.32 g;		
piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 100g (<i>MLE</i>),	Botwinka 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Jajko gotowane 2 w sosie pomidorowym 2szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.50 kcal; Białko ogółem: 79.26 g; Tłuszcz: 72.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.02 g; Węglowodany ogółem: 350.92 g; suma cukrów prostych: 111.36 g; Sód: 5175.64 mg; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (GLU, GOR), Rzodkiewka 80g ,	Rosół z makaronem 500g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa salami 50g (GLU, GOR), Dżem 50g (S02), Ogórek zielony 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2487.12 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 76.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 374.91 g; suma cukrów prostych: 86.45 g; Sód: 5301.24 mg; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;		
niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (GLU, GOR), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 50g (GLU, GOR), Dżem 50g (S02), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.77 kcal; Białko ogółem: 85.91 g; Tłuszcz: 57.90 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; suma cukrów prostych: 79.28 g; Sód: 5276.68 mg; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;		
niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo razowe 120g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (GLU, GOR), Rzodkiewka 50g ,	Rosół z makaronem 500g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 50g (GLU, GOR), Ser biały 30g (MLE), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 30g (GLU, GOR),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.07 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 68.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.29 g; Węglowodany ogółem: 327.55 g; suma cukrów prostych: 57.85 g; Sód: 5577.60 mg; Błonnik pokarmowy: 36.30 g;		
niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (GLU, GOR), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (GLU, JAJ, MLE), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 50g (GLU, GOR), Dżem 50g (S02), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pieczywo 50g (GLU), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 30g (GLU, GOR),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.69 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 64.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 332.15 g; suma cukrów prostych: 89.13 g; Sód: 5225.78 mg; Błonnik pokarmowy: 24.22 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa golonkowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Sos myśliwski 250g (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Paprykarz 100g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Ogórek kiszony 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2361.78 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 87.41 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 318.26 g; suma cukrów prostych: 53.61 g; Sód: 5907.53 mg; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;		
poniedziałek 2026-07-06 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 wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.03 kcal; Białko ogółem: 130.16 g; Tłuszcz: 66.79 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.29 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; suma cukrów prostych: 77.78 g; Sód: 5137.87 mg; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;		
poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Papryka 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1szt/szynka gotowana 30 g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.14 kcal; Białko ogółem: 161.55 g; Tłuszcz: 82.84 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 320.58 g; suma cukrów prostych: 65.92 g; Sód: 5720.98 mg; Błonnik pokarmowy: 37.27 g;		
poniedziałek 2026-07-06 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 wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biskopki 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148.63 kcal; Białko ogółem: 134.62 g; Tłuszcz: 70.40 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 319.98 g; suma cukrów prostych: 98.64 g; Sód: 4952.87 mg; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Paluszek z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Papryka konserwowa 50g (<i>S02</i>),	Ogórkowa 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gzik + masło 120g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Ogórek kiszony 80g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Salata 35g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.53 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 76.97 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; suma cukrów prostych: 57.77 g; Sód: 5801.99 mg; Błonnik pokarmowy: 23.02 g;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Paluszek z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Marchwianka 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gzik + masło 120g (<i>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 , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Salata 35g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.42 kcal; Białko ogółem: 87.64 g; Tłuszcz: 79.09 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.47 g; Węglowodany ogółem: 312.36 g; suma cukrów prostych: 68.45 g; Sód: 5222.06 mg; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;

środa 2026-07-08 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 , Paluszek z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Ogórkowa 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gzik + masło 120g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 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>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.58 kcal; Białko ogółem: 89.01 g; Tłuszcz: 90.13 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 307.02 g; suma cukrów prostych: 68.08 g; Sód: 5378.88 mg; Błonnik pokarmowy: 33.34 g;

środa 2026-07-08 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 , Paluszek z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Marchwianka 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gzik + masło 120g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.87 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 78.25 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; suma cukrów prostych: 95.88 g; Sód: 4911.51 mg; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

Dietetyk

.....