

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-05-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (MLE), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (GLU, SOJ, SEL, GOR, S02), Kotlet rybny z morskuszka 120g (GLU, JAJ, RYB), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (JAJ), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.02 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 72.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 340.59 g; suma cukrów prostych: 56.72 g; Sód: 5897.65 mg; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;		
piątek 2026-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (MLE), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (GLU, SOJ, SEL, GOR, S02), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (GLU, RYB), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (JAJ), Sałata 35g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2004.27 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 58.66 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 271.77 g; suma cukrów prostych: 54.36 g; Sód: 5048.94 mg; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;		
piątek 2026-05-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo razowe 120g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (MLE), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (GLU, SOJ, SEL, GOR, S02), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (GLU, RYB), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (JAJ), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (GLU), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 25g (MLE),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2376.17 kcal; Białko ogółem: 104.27 g; Tłuszcz: 72.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; suma cukrów prostych: 60.08 g; Sód: 5684.99 mg; Błonnik pokarmowy: 33.75 g;		
piątek 2026-05-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Pomidor 80g , Ser biały 100g (MLE),	Krupnik 500g (GLU, SOJ, SEL, GOR, S02), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (GLU, RYB), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z białek jaj 70g (JAJ), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biskopki 40g (GLU, JAJ),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (MLE),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.73 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 66.62 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.23 g; Węglowodany ogółem: 287.53 g; suma cukrów prostych: 75.22 g; Sód: 5330.74 mg; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-05-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z boczku wędzonego z cebulką 80g (<i>GLU, JAJ, GOR, S02</i>), Papryka 80g ,	Fasolowa z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.73 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 83.57 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; suma cukrów prostych: 79.35 g; Sód: 5647.24 mg; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;		
sobota 2026-05-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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 wkladką 500g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Salátka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2365.89 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 102.08 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 308.41 g; suma cukrów prostych: 85.55 g; Sód: 5481.71 mg; Błonnik pokarmowy: 30.50 g;		
sobota 2026-05-02 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 , Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Papryka 80g ,	Ziemniaczana z wkladką 500g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Salátka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Kielbasa żywiecka 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2584.47 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 106.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 339.68 g; suma cukrów prostych: 90.46 g; Sód: 5697.96 mg; Błonnik pokarmowy: 41.67 g;		
sobota 2026-05-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana z wkladką 500g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Salátka jarzynowa diet 200g (<i>JAJ, SEL</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.29 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 93.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 323.85 g; suma cukrów prostych: 106.41 g; Sód: 5296.71 mg; Błonnik pokarmowy: 29.74 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-05-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,	Ogórkowa 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z kielbasą i makaronem l 250g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 80g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.78 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Tłuszcz: 82.66 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 351.03 g; suma cukrów prostych: 102.69 g; Sód: 4724.57 mg; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;

poniedziałek 2026-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z kurczakiem i makaronem d 250g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 80g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.80 kcal; Białko ogółem: 74.23 g; Tłuszcz: 79.28 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 316.44 g; suma cukrów prostych: 103.24 g; Sód: 4289.34 mg; Błonnik pokarmowy: 28.19 g;

poniedziałek 2026-05-04 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 , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z kurczakiem i makaronem d 250g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa żywiecka 30g (<i>GLU, GOR</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.93 kcal; Białko ogółem: 91.78 g; Tłuszcz: 86.83 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 301.48 g; suma cukrów prostych: 77.96 g; Sód: 4744.24 mg; Błonnik pokarmowy: 36.44 g;

poniedziałek 2026-05-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Selerowa 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z kurczakiem i makaronem d 250g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965.84 kcal; Białko ogółem: 74.85 g; Tłuszcz: 51.57 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 299.17 g; suma cukrów prostych: 102.39 g; Sód: 3224.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-05-05 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, Połudwica drobiowa 50g, ser top 25 g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Ogórek zielony 80g,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszanka 180g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 300g, Surówka z ogórka kiszzonego 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>), Sałata 35g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2525.01 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 75.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; suma cukrów prostych: 46.02 g; Sód: 6363.25 mg; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

wtorek 2026-05-05 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, Połudwica drobiowa 50g, ser top 25 g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Bitka drobiowa w sosie koperkowym 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, Jajko gotowane 1szt/kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), Sałata 35g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.54 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 63.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 310.97 g; suma cukrów prostych: 58.83 g; Sód: 5900.71 mg; Błonnik pokarmowy: 29.09 g;

wtorek 2026-05-05 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, Połudwica drobiowa 50g, ser top 25 g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Bitka drobiowa w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g, Surówka z ogórka kiszzonego 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>), Sałata 35g,
II Śniadanie: Biskopty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.11 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 77.53 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 320.69 g; suma cukrów prostych: 57.65 g; Sód: 6327.63 mg; Błonnik pokarmowy: 31.19 g;

wtorek 2026-05-05 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, Połudwica drobiowa 50g, ser top 25 g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Bitka drobiowa w sosie koperkowym 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, Jajko gotowane 1szt/kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, JAJ, GOR</i>), Sałata 35g,
II Śniadanie: Biskopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.29 kcal; Białko ogółem: 98.33 g; Tłuszcz: 64.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; suma cukrów prostych: 91.42 g; Sód: 5659.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-05-08 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>), Pomidor 80g,	Barszcz z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Śledź w śmietanie z papryką i ogórkiem kiszonym 200g (<i>RYB, MLE, S02</i>), Ziemniaki 300g, 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>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2530.41 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 66.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 410.19 g; suma cukrów prostych: 140.02 g; Sód: 5973.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;

piątek 2026-05-08 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 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g,	Barszcz z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 300g, Fasolka szparagowa 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Marmolada 60g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.64 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 60.54 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 9.32 g; Węglowodany ogółem: 351.23 g; suma cukrów prostych: 114.40 g; Sód: 5200.55 mg; Błonnik pokarmowy: 25.09 g;

piątek 2026-05-08 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, Twaróg z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g,	Barszcz z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 300g, Surówka wielowarzywna 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Sałata 35g,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g, Ser topiony 25g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2546.63 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 75.79 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 340.92 g; suma cukrów prostych: 78.25 g; Sód: 6830.55 mg; Błonnik pokarmowy: 37.20 g;

piątek 2026-05-08 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, Twaróg z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g,	Barszcz z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 300g, Fasolka szparagowa 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Marmolada 60g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>),
II Śniadanie: Pieczywo 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g, Ser topiony 25g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.54 kcal; Białko ogółem: 84.86 g; Tłuszcz: 55.89 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.15 g; Węglowodany ogółem: 380.92 g; suma cukrów prostych: 129.75 g; Sód: 5377.25 mg; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-05-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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 , Mielonka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek świeży 50g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1 szt 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka konserwowa 50g (<i>S02</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2533.26 kcal; Białko ogółem: 134.84 g; Tłuszcz: 93.75 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 314.93 g; suma cukrów prostych: 99.19 g; Sód: 4834.41 mg; Błonnik pokarmowy: 32.91 g;		
sobota 2026-05-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1 szt 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.39 kcal; Białko ogółem: 129.43 g; Tłuszcz: 78.72 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; suma cukrów prostych: 104.45 g; Sód: 5182.19 mg; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;		
sobota 2026-05-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1 szt 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2612.34 kcal; Białko ogółem: 141.57 g; Tłuszcz: 91.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 336.51 g; suma cukrów prostych: 121.09 g; Sód: 5313.04 mg; Błonnik pokarmowy: 43.24 g;		
sobota 2026-05-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1 szt 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa krakowska 30g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkoty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2437.81 kcal; Białko ogółem: 129.35 g; Tłuszcz: 81.95 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 319.52 g; suma cukrów prostych: 130.70 g; Sód: 4932.17 mg; Błonnik pokarmowy: 31.46 g;		

Dietetyk

.....