Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/kiełbasa żywiecka 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Sałata 35g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Papryka 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.49 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 96.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; suma cukrów prostych: 85.50 g; Sód: 3841.58 mg; Błonnik pokarmowy: 31.68 g;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1szt/kiełbasa żywiecka 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.25 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 103.08 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 31.51 g; Węglowodany ogółem: 254.59 g; suma cukrów prostych: 86.03 g; Sód: 3843.05 mg; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt/kiełbasa żywiecka 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser żółty 20g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń b/c 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2335.55 kcal; Białko ogółem: 84.84 g; Tłuszcz: 107.80 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.84 g; Węglowodany ogółem: 281.05 g; suma cukrów prostych: 100.86 g; Sód: 4058.65 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Jajko gotowane 1szt/kiełbasa żywiecka 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta drobiowa 80g (***SEL***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.41 kcal; Białko ogółem: 79.30 g; Tłuszcz: 76.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 295.38 g; suma cukrów prostych: 117.21 g; Sód: 4527.73 mg; Błonnik pokarmowy: 28.54 g;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Jajko gotowane 1szt/kiełbasa żywiecka 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Sałata 35g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2449.74 kcal; Białko ogółem: 90.86 g; Tłuszcz: 93.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 327.96 g; suma cukrów prostych: 113.49 g; Sód: 3835.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 1szt/kiełbasa żywiecka 30 g 1Por (***GLU, JAJ, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (***MLE***), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.30 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz: 104.86 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 56.30 g; Węglowodany ogółem: 294.18 g; suma cukrów prostych: 114.36 g; Sód: 3914.10 mg; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, ser biały 30g 1Por (***GLU, MLE, GOR***), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Potrawka z kurczaka z rodzynkami 120g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (***GLU***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa salami 80g (***GLU, GOR***), Ogórek zielony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.55 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 75.66 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 7.38 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Sód: 5881.73 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, ser biały 30g 1Por (***GLU, MLE, GOR***), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Potrawka z kurczaka z rodzynkami 120g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (***GLU***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2022.23 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 55.34 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 8.36 g; Węglowodany ogółem: 285.62 g; suma cukrów prostych: 62.65 g; Sód: 6174.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, ser biały 30g 1Por (***GLU, MLE, GOR***), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Potrawka z kurczaka z rodzynkami 120g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i kukurydzy 150g (***MLE, S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 30g (***GLU, GOR***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2241.70 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 62.83 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 8.52 g; Węglowodany ogółem: 321.31 g; suma cukrów prostych: 73.04 g; Sód: 5608.95 mg; Błonnik pokarmowy: 35.50 g;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 50g, ser biały 30g 1Por (***GLU, MLE, GOR***), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Potrawka z kurczaka z rodzynkami 120g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (***GLU***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g ,	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.63 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 49.97 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 8.52 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; suma cukrów prostych: 81.45 g; Sód: 6180.23 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 50g, ser biały 30g 1Por (***GLU, MLE, GOR***), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Potrawka z kurczaka z rodzynkami 120g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (***GLU***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa salami 80g (***GLU, GOR***), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g ,	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.75 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 77.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 312.30 g; suma cukrów prostych: 82.37 g; Sód: 5555.53 mg; Błonnik pokarmowy: 30.54 g;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 50g, ser biały 30g 1Por (***GLU, MLE, GOR***), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Potrawka z kurczaka z rodzynkami 120g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (***GLU***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g ,	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.63 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 58.77 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 308.20 g; suma cukrów prostych: 81.69 g; Sód: 6183.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Leczo warzywne z kiełbasą i ryżem 250g (***GLU, SEL, GOR***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.52 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 88.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 307.46 g; suma cukrów prostych: 73.28 g; Sód: 4134.10 mg; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Leczo warzywne z filetem z indyka i ryżem 250g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092.96 kcal; Białko ogółem: 74.78 g; Tłuszcz: 80.05 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 270.53 g; suma cukrów prostych: 72.54 g; Sód: 3402.80 mg; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałata 35g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (***GLU, SOJ, GOR***),	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Leczo warzywne z filetem z indyka i ryżem 250g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2338.96 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 85.40 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 307.95 g; suma cukrów prostych: 78.06 g; Sód: 3792.80 mg; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Leczo warzywne z filetem z indyka i ryżem 250g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032.35 kcal; Białko ogółem: 85.61 g; Tłuszcz: 54.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 298.65 g; suma cukrów prostych: 77.27 g; Sód: 2855.40 mg; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa z ketchupem 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 350g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Leczo warzywne z kiełbasą i ryżem 250g (***GLU, SEL, GOR***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser biały 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317.56 kcal; Białko ogółem: 83.34 g; Tłuszcz: 98.40 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 46.29 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; suma cukrów prostych: 79.19 g; Sód: 3332.88 mg; Błonnik pokarmowy: 27.20 g;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa z ketchupem 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 350g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Leczo warzywne z filetem z indyka i ryżem 250g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser biały 100g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238.40 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 91.09 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 43.38 g; Węglowodany ogółem: 284.44 g; suma cukrów prostych: 78.91 g; Sód: 2861.98 mg; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (***GLU, GOR, S02***), Ogórek zielony 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka kiszonego 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.51 kcal; Białko ogółem: 129.02 g; Tłuszcz: 60.30 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.51 g; Węglowodany ogółem: 343.06 g; suma cukrów prostych: 81.97 g; Sód: 6485.01 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (***GLU, GOR, S02***), Sałata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.60 kcal; Białko ogółem: 115.30 g; Tłuszcz: 56.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.04 g; Węglowodany ogółem: 324.77 g; suma cukrów prostych: 98.51 g; Sód: 5020.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 60g (***GOR***), Ser żółty 30g (***MLE***), Sałata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka kiszonego 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2382.35 kcal; Białko ogółem: 130.45 g; Tłuszcz: 69.01 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; suma cukrów prostych: 73.92 g; Sód: 7011.54 mg; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (***GLU, GOR, S02***), Sałata 35g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.77 kcal; Białko ogółem: 124.82 g; Tłuszcz: 55.18 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 7.01 g; Węglowodany ogółem: 365.02 g; suma cukrów prostych: 128.79 g; Sód: 4620.24 mg; Błonnik pokarmowy: 33.33 g;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (***GLU, GOR, S02***), Ogórek zielony 80g ,	Zupa wielowarzywna s 350ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki b 200g (***MLE***), Surówka z ogórka kiszonego 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.24 kcal; Białko ogółem: 126.00 g; Tłuszcz: 62.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; suma cukrów prostych: 112.85 g; Sód: 5853.14 mg; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***GLU, MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (***GLU, GOR, S02***), Sałata 35g ,	Zupa wielowarzywna s 350ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki b 200g (***MLE***), Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2385.73 kcal; Białko ogółem: 116.29 g; Tłuszcz: 59.47 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.60 g; Węglowodany ogółem: 358.55 g; suma cukrów prostych: 129.85 g; Sód: 4648.72 mg; Błonnik pokarmowy: 32.73 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa golonkowa 80g (***GLU, GOR***), Ogórek kiszony 50g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Papryka 50g ,
	Podwieczorek: Kefir 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2448.09 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 77.23 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; suma cukrów prostych: 130.25 g; Sód: 4169.34 mg; Błonnik pokarmowy: 23.78 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Kefir 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2293.84 kcal; Białko ogółem: 105.82 g; Tłuszcz: 75.97 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 295.35 g; suma cukrów prostych: 129.58 g; Sód: 3436.92 mg; Błonnik pokarmowy: 18.60 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (***MLE, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kefir 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2509.10 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 95.01 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.59 g; Węglowodany ogółem: 301.20 g; suma cukrów prostych: 95.28 g; Sód: 3902.18 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Kefir 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.24 kcal; Białko ogółem: 109.20 g; Tłuszcz: 65.65 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; suma cukrów prostych: 144.54 g; Sód: 3459.32 mg; Błonnik pokarmowy: 18.92 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa golonkowa 80g (***GLU, GOR***), Ogórek kiszony 50g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Papryka 50g ,
II Śniadanie: Kefir 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kefir 200g (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2418.09 kcal; Białko ogółem: 114.39 g; Tłuszcz: 80.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 51.07 g; Węglowodany ogółem: 313.98 g; suma cukrów prostych: 138.17 g; Sód: 3911.84 mg; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 70g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pierogi leniwe z masłem 300g (***GLU, JAJ, MLE***), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (***S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (***GOR, S02***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Kefir 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kefir 200g (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2391.64 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 79.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 305.28 g; suma cukrów prostych: 137.96 g; Sód: 3371.62 mg; Błonnik pokarmowy: 18.60 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa pieczarkowa 500ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, S02***), Gulasz wieprzowy duszony 250g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2062.18 kcal; Białko ogółem: 90.94 g; Tłuszcz: 67.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 279.20 g; suma cukrów prostych: 59.07 g; Sód: 4514.95 mg; Błonnik pokarmowy: 23.83 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa zacierkowa 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR***), Gulasz wieprzowy duszony 250g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1975.72 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 68.03 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.35 g; Węglowodany ogółem: 256.34 g; suma cukrów prostych: 59.45 g; Sód: 5281.99 mg; Błonnik pokarmowy: 22.86 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa zacierkowa 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR***), Gulasz wieprzowy duszony 250g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń b/c 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196.22 kcal; Białko ogółem: 107.48 g; Tłuszcz: 69.17 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; suma cukrów prostych: 84.05 g; Sód: 4675.04 mg; Błonnik pokarmowy: 31.58 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa zacierkowa 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR***), Gulasz wieprzowy duszony 250g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.67 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 62.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 281.89 g; suma cukrów prostych: 85.84 g; Sód: 5252.74 mg; Błonnik pokarmowy: 20.77 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa pieczarkowa 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, S02***), Gulasz wieprzowy duszony 250g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.99 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 80.49 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.67 g; Węglowodany ogółem: 296.58 g; suma cukrów prostych: 86.13 g; Sód: 4410.50 mg; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa zacierkowa 350g (***GLU, JAJ, SEL***), Gulasz wieprzowy duszony 250g (***GLU, MLE***), Kasza jęczmienna 150g (***GLU***), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.75 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 78.81 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.69 g; Węglowodany ogółem: 256.15 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Sód: 4362.48 mg; Błonnik pokarmowy: 17.60 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 50g (***MLE***), Marmolada 50g (***S02***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Śledź w śmietanie z papryką i ogórkiem kiszonym 200g (***RYB, MLE, S02***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.12 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 62.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 363.83 g; suma cukrów prostych: 110.64 g; Sód: 7291.01 mg; Błonnik pokarmowy: 25.41 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony 50g (***MLE***), Marmolada 50g (***S02***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (***GLU, RYB***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.29 kcal; Białko ogółem: 72.90 g; Tłuszcz: 52.56 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; suma cukrów prostych: 84.57 g; Sód: 6226.23 mg; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (***GLU, RYB***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Pomarańcza 150g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1919.44 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 52.83 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 263.91 g; suma cukrów prostych: 66.20 g; Sód: 6308.88 mg; Błonnik pokarmowy: 31.20 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 25g (***MLE***), Marmolada 60g (***S02***), Pomidor 50g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (***GLU, RYB***), Ziemniaki 150g (***MLE***), Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Pomarańcza 150g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.79 kcal; Białko ogółem: 69.05 g; Tłuszcz: 46.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 337.96 g; suma cukrów prostych: 123.63 g; Sód: 5618.63 mg; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser topiony 50g (***MLE***), Marmolada 50g (***S02***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szapragowej 350ml (***SOJ, MLE, SEL, S02***), Ryba smażona morszczuk 90g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Pomarańcza 150g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2409.08 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 61.98 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 363.60 g; suma cukrów prostych: 111.50 g; Sód: 4670.12 mg; Błonnik pokarmowy: 30.42 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser topiony 50g (***MLE***), Marmolada 50g (***S02***), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szapragowej 350ml (***SOJ, MLE, SEL, S02***), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (***GLU, RYB***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Pomarańcza 150g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.34 kcal; Białko ogółem: 77.81 g; Tłuszcz: 47.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 362.83 g; suma cukrów prostych: 112.22 g; Sód: 4749.53 mg; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa gołąbkowa z bułką 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Ogórek zielony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187.35 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 48.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 10.05 g; Węglowodany ogółem: 367.10 g; suma cukrów prostych: 108.71 g; Sód: 3514.58 mg; Błonnik pokarmowy: 31.30 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1922.58 kcal; Białko ogółem: 68.80 g; Tłuszcz: 57.25 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; suma cukrów prostych: 106.68 g; Sód: 3297.96 mg; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2273.98 kcal; Białko ogółem: 78.78 g; Tłuszcz: 69.04 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.95 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; suma cukrów prostych: 124.84 g; Sód: 3573.36 mg; Błonnik pokarmowy: 38.28 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.23 kcal; Białko ogółem: 69.37 g; Tłuszcz: 53.09 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 341.86 g; suma cukrów prostych: 128.21 g; Sód: 3302.41 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa gołąbkowa s 350ml (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.49 kcal; Białko ogółem: 73.24 g; Tłuszcz: 48.93 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 338.84 g; suma cukrów prostych: 128.62 g; Sód: 3193.33 mg; Błonnik pokarmowy: 28.43 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Kalfiorowa z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 150g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.13 kcal; Białko ogółem: 74.60 g; Tłuszcz: 60.10 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; suma cukrów prostych: 130.59 g; Sód: 3388.71 mg; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kotlet drobiowy 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.56 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 67.75 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 304.18 g; suma cukrów prostych: 60.05 g; Sód: 6220.53 mg; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Medalion w sosie potrawkowym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.06 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 58.53 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 275.21 g; suma cukrów prostych: 49.43 g; Sód: 6059.07 mg; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Medalion w sosie potrawkowym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 30g (***GLU, GOR***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.28 kcal; Białko ogółem: 114.55 g; Tłuszcz: 55.31 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 10.25 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; suma cukrów prostych: 57.88 g; Sód: 6278.07 mg; Błonnik pokarmowy: 36.19 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Medalion w sosie potrawkowym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2024.76 kcal; Białko ogółem: 100.76 g; Tłuszcz: 54.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 287.35 g; suma cukrów prostych: 68.99 g; Sód: 5958.67 mg; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Medalion w sosie potrawkowym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.31 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 66.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 282.12 g; suma cukrów prostych: 76.42 g; Sód: 5194.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.63 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Medalion w sosie potrawkowym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 50g (***GLU, GOR***), Ser biały 30g (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035.66 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 62.74 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 269.79 g; suma cukrów prostych: 68.89 g; Sód: 5794.37 mg; Błonnik pokarmowy: 22.28 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Salceson 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Musztarda 20g (***GOR***), Ogórek zielony 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Sos myśliwski z kiełbasą i pieczarkami 250g (***GLU, MLE, GOR***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2376.39 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 92.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 310.52 g; suma cukrów prostych: 53.09 g; Sód: 5977.28 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.01 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz: 58.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 300.33 g; suma cukrów prostych: 67.94 g; Sód: 4689.90 mg; Błonnik pokarmowy: 23.08 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa 60g (***GLU, SOJ, GOR***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g (***GLU, MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g ,	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser żółty 20g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kefir 200g (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2311.98 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 64.03 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 333.91 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Sód: 5273.27 mg; Błonnik pokarmowy: 35.16 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka wieprzowa w sosie własnym 120g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (***JAJ***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: chleb baltonowski 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka gotowana 30g (***GOR***),	**Podwieczorek:** Kefir 200g (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.03 kcal; Białko ogółem: 110.58 g; Tłuszcz: 63.10 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 335.11 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Sód: 5655.47 mg; Błonnik pokarmowy: 24.73 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser żółty 80g (***MLE***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami P 300g (***GLU, MLE, SEL***), Sos myśliwski z kiełbasą i pieczarkami 250g (***GLU, MLE, GOR***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g ,	**Podwieczorek:** Kefir 200g (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.28 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 96.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 55.13 g; Węglowodany ogółem: 282.87 g; suma cukrów prostych: 68.11 g; Sód: 5296.92 mg; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Koperkowa z ziemniakami P 300g (***GLU, MLE, SEL***), Sos myśliwski z kiełbasą i pieczarkami 250g (***GLU, MLE, GOR***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kiwi 50g ,	**Podwieczorek:** Kefir 200g (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2361.57 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 90.51 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 305.89 g; suma cukrów prostych: 86.97 g; Sód: 5548.82 mg; Błonnik pokarmowy: 26.29 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 150ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z boczku wędzonego z cebulką 80g (***GLU, JAJ, GOR, S02***), Papryka 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Śledź w sosie pomidorowym 100g (***RYB, SOJ, SEL***), Ogórek zielony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.29 kcal; Białko ogółem: 99.21 g; Tłuszcz: 73.45 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 297.68 g; suma cukrów prostych: 65.74 g; Sód: 6788.67 mg; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 150ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2054.35 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 66.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 258.98 g; suma cukrów prostych: 61.02 g; Sód: 6077.67 mg; Błonnik pokarmowy: 20.49 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 150ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Mandarynka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.95 kcal; Białko ogółem: 114.48 g; Tłuszcz: 81.77 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 302.80 g; suma cukrów prostych: 67.68 g; Sód: 6390.27 mg; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 150ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (***SEL***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Mandarynka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.95 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 68.57 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 294.78 g; suma cukrów prostych: 83.34 g; Sód: 6100.87 mg; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 150ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Pasta z boczku wędzonego z cebulką 80g (***GLU, JAJ, GOR, S02***), Papryka 80g ,	Krupnik 350g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie P 100g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Ogórek zielony 80g ,
	Podwieczorek: Mandarynka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2082.25 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 73.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 268.52 g; suma cukrów prostych: 68.91 g; Sód: 6191.34 mg; Błonnik pokarmowy: 21.96 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 150ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Pasta mięsna 80g (***SEL***), Pomidor 80g ,	Krupnik 350g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Mandarynka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.40 kcal; Białko ogółem: 104.11 g; Tłuszcz: 69.52 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 297.79 g; suma cukrów prostych: 83.71 g; Sód: 5790.27 mg; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.