

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>wtorek 2026-08-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Pasztet drobiowy (wyrób własny, udko z indyka, warzywa, olej rzepak) 80g ( <b>MLE, JAJ, SEL</b> ), Pomidory 50g, Jabłka 150g,                                                               | Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienna) 400g ( <b>GLU jęcz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka pieczony 100g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,    | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica z majerankiem 50g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny Piątnica 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2343.08 kcal; Energia: 9326.97 kJ; Białko ogółem: 96.13 g; białko zwierzęce: 7.30 g; białko roślinne: 28.83 g; Tłuszcz: 93.64 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.51 g; Sód: 1377.54 mg; Potas: 3403.66 mg; Wapń: 418.79 mg; Fosfor: 976.65 mg; Błonnik pokarmowy: 34.49 g; suma cukrów prostych: 66.94 g; Woda: 1041.29 g; Popiół: 13.30 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2026-08-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Twarożek z dynią 80g ( <b>MLE, SEL, SOJ, GOR</b> ), Jabłka 150g,                                                                                                                                                                                         | Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienna) 400g ( <b>GLU jęcz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g, Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml, | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidory 50g, Sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny Piątnica 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2456.64 kcal; Energia: 9726.72 kJ; Białko ogółem: 101.99 g; białko zwierzęce: 19.60 g; białko roślinne: 34.41 g; Tłuszcz: 87.09 g; Węglowodany ogółem: 334.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g; Sód: 1110.69 mg; Potas: 2900.88 mg; Wapń: 422.94 mg; Fosfor: 952.27 mg; Błonnik pokarmowy: 23.17 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Woda: 988.96 g; Popiół: 12.00 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2026-08-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Twarożek z dynią 60g ( <b>MLE, SEL, SOJ, GOR</b> ), szynka biała 20g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pomidory 50g,                                                                                                                                                | Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienna) 400g ( <b>GLU jęcz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g, Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                                       | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z wędlin z warzywami 60g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z ogórka kiszzonego i papryki konserwowej 150g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2015.80 kcal; Energia: 7946.68 kJ; Białko ogółem: 94.22 g; białko zwierzęce: 17.35 g; białko roślinne: 29.46 g; Tłuszcz: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 271.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.94 g; Sód: 1688.20 mg; Potas: 3296.06 mg; Wapń: 325.26 mg; Fosfor: 1081.04 mg; Błonnik pokarmowy: 33.06 g; suma cukrów prostych: 48.33 g; Woda: 1004.58 g; Popiół: 13.95 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2026-08-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Twarożek z dynią 80g ( <b>MLE, SEL, SOJ, GOR</b> ), Jabłka 150g,                                                                                                                                                                                         | Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienna) 400g ( <b>GLU jęcz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g, Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml, | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Sałata 50g, Pomidory 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny Piątnica 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2377.49 kcal; Energia: 9395.91 kJ; Białko ogółem: 101.77 g; białko zwierzęce: 19.38 g; białko roślinne: 34.41 g; Tłuszcz: 72.39 g; Węglowodany ogółem: 346.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.70 g; Sód: 1109.51 mg; Potas: 2897.98 mg; Wapń: 420.62 mg; Fosfor: 949.86 mg; Błonnik pokarmowy: 23.17 g; suma cukrów prostych: 72.98 g; Woda: 983.19 g; Popiół: 11.94 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2026-08-18</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Twarożek z dynią 80g ( <b>MLE, SEL, SOJ, GOR</b> ), Jabłka 150g, Kefir. 150g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                             | Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienna) 400g ( <b>GLU jęcz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g, Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml, | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny Piątnica 1szt ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2581.44 kcal; Energia: 9695.22 kJ; Białko ogółem: 115.84 g; białko zwierzęce: 19.60 g; białko roślinne: 33.96 g; Tłuszcz: 92.09 g; Węglowodany ogółem: 339.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.73 g; Sód: 1106.69 mg; Potas: 2759.88 mg; Wapń: 418.44 mg; Fosfor: 941.77 mg; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; suma cukrów prostych: 60.16 g; Woda: 941.56 g; Popiół: 11.74 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| wtorek 2026-08-18                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Twarożek z dynią 80g ( <b>MLE, SEL, SOJ, GOR</b> ), Jabłko pieczone 150g ,                                                                                                                                                                                | Krupnik jęczmienny (włoszcz, kasza jęczmienia) 400g ( <b>GLU jęcz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g , Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy , mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g ( <b>MLE, GLU psz, ROŚ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jogurt naturalny Piątnica 1szt ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2619.95 kcal; Energia: 10264.35 kJ; Białko ogółem: 111.41 g; białko zwierzęce: 19.65 g; białko roślinne: 39.97 g; Tłuszcz: 94.86 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.18 g; Sód: 1422.75 mg; Potas: 2981.32 mg; Wapń: 459.82 mg; Fosfor: 1062.02 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 60.52 g; Woda: 964.11 g; Popiół: 12.49 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>środa 2026-08-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Ogórki kiszzone 100g ,                                                                                                                                                       | Zupa z soczewicy z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ryż na sypko 200g ( <b>MLE</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami (włoszcz, groszek, śmietana) 150g ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Surówka z kapusty białej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,  | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Papryka czerwona 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2486.93 kcal; Energia: 9413.42 kJ; Białko ogółem: 91.81 g; białko zwierzęce: 24.15 g; białko roślinne: 33.36 g; Tłuszcz: 94.46 g; Węglowodany ogółem: 338.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.69 g; Sód: 1851.29 mg; Potas: 2437.68 mg; Wapń: 971.95 mg; Fosfor: 1184.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; suma cukrów prostych: 50.53 g; Woda: 872.50 g; Popiół: 13.29 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>środa 2026-08-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pasta jajeczna z zieleciną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                  | Zupa z soczewicy z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ryż na sypko 200g ( <b>MLE</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami 150g ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Surówka kopenhaska (sałata lodowa, marchew, seler, koper, maślanka) 150g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), banan 1/2 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2465.19 kcal; Energia: 9248.66 kJ; Białko ogółem: 90.28 g; białko zwierzęce: 18.85 g; białko roślinne: 35.34 g; Tłuszcz: 80.94 g; Węglowodany ogółem: 359.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.27 g; Sód: 1473.82 mg; Potas: 2874.56 mg; Wapń: 580.67 mg; Fosfor: 941.42 mg; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Woda: 885.35 g; Popiół: 12.02 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>środa 2026-08-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta jajeczna z zieleciną 60g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Polędwica miodowa 20g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Papryka czerwona 50g ,                                                                                                                                           | Zupa z soczewicy z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ryż na sypko 200g ( <b>MLE</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami (włoszcz, groszek, śmietana) 150g ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Surówka z kapusty białej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,  | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szyngka z indykiem prasowana 40g , Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Ogórki kiszzone 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z brokuła z pomidorem i koperkiem 100g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2194.46 kcal; Energia: 8184.55 kJ; Białko ogółem: 77.87 g; białko zwierzęce: 10.24 g; białko roślinne: 32.27 g; Tłuszcz: 81.63 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.63 g; Sód: 1618.12 mg; Potas: 2280.56 mg; Wapń: 421.58 mg; Fosfor: 820.35 mg; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; suma cukrów prostych: 59.33 g; Woda: 672.61 g; Popiół: 11.20 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>środa 2026-08-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pasta z białek jaj z koperkiem 80g ( <b>JAJ</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                   | Zupa z soczewicy z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ryż na sypko 200g , Potrawka drobiowa z warzywami 150g ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Surówka kopenhaska (sałata lodowa, marchew, seler, koper, maślanka) 150g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,               | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), banan 1/2 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                                                                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2228.94 kcal; Energia: 8254.92 kJ; Białko ogółem: 98.83 g; białko zwierzęce: 37.14 g; białko roślinne: 35.35 g; Tłuszcz: 51.51 g; Węglowodany ogółem: 358.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.85 g; Sód: 2069.43 mg; Potas: 3063.13 mg; Wapń: 641.13 mg; Fosfor: 1239.90 mg; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; suma cukrów prostych: 57.12 g; Woda: 989.58 g; Popiół: 14.43 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>środa 2026-08-19</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pasta jajeczna z zieleciną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Polędwica miodowa 20g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                  | Zupa z soczewicy z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ryż na sypko 200g ( <b>MLE</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami 150g ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Surówka kopenhaska (sałata lodowa, marchew, seler, koper, maślanka) 150g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), banan 1/2 100g , Kefir. 150g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                                         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2657.99 kcal; Energia: 9723.86 kJ; Białko ogółem: 110.45 g; białko zwierzęce: 40.76 g; białko roślinne: 35.34 g; Tłuszcz: 91.15 g; Węglowodany ogółem: 366.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.03 g; Sód: 1837.92 mg; Potas: 3146.46 mg; Wapń: 651.77 mg; Fosfor: 1285.42 mg; Błonnik pokarmowy: 24.10 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Woda: 1014.97 g; Popiół: 14.10 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                               |
| środa 2026-08-19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                               |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Kisiel z owocami 200g ( <b>GLU psz</b> ),                                                                                                                    | Zupa z soczewicy z ziemniakami (włoszcz, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ryż na sypko 200g ( <b>MLE</b> ), Potrawka drobiowa z warzywami 150g ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Brokuł na parze z dressingiem jogurtowo-czosnkowym 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Smoothie truskawkowo-bananowe z kefirem 150g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2679.50 kcal; Energia: 9981.34 kJ; Białko ogółem: 97.62 g; białko zwierzęce: 22.45 g; białko roślinne: 38.08 g; Tłuszcz: 98.89 g; Węglowodany ogółem: 365.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.49 g; Sód: 1429.68 mg; Potas: 2629.40 mg; Wapń: 676.96 mg; Fosfor: 984.66 mg; Błonnik pokarmowy: 23.55 g; suma cukrów prostych: 64.91 g; Woda: 824.48 g; Popiół: 12.41 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>czwartek 2026-08-20</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kakao 200ml ( <b>MLE</b> ), Szyunka konserwowa wieprzowa 40g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                                | Zupa z botwinki (botwinka, włoszczyzna, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Kaszotto z mięsem wieprzowym i jarzynami w sosie pietruszkowym 300g ( <b>GLU psz, GLU jęcz, SEL</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g , Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,                        | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta śląska ze szczypiorkiem (kielbasa śląska, majonez) 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ogórek zielony 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2396.98 kcal; Energia: 9176.54 kJ; Białko ogółem: 77.28 g; białko zwierzęce: 24.05 g; białko roślinne: 34.53 g; Tłuszcz: 112.73 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.61 g; Sód: 1835.43 mg; Potas: 3107.86 mg; Wapń: 464.24 mg; Fosfor: 1230.37 mg; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; suma cukrów prostych: 42.35 g; Woda: 814.08 g; Popiół: 12.87 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2026-08-20</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kakao 200ml ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 80g ( <b>MLE</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa z botwinki (botwinka, włoszczyzna, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Kaszotto z mięsem wieprzowym i jarzynami w sosie pietruszkowym 300g ( <b>GLU psz, GLU jęcz, SEL</b> ), Surówka z selera i marchwi drobno tarta ze śmietaną 150g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin i jaj z koperkiem 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Cukinia duszona z pieca w ziołach 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2390.66 kcal; Energia: 9494.44 kJ; Białko ogółem: 87.14 g; białko zwierzęce: 34.42 g; białko roślinne: 36.71 g; Tłuszcz: 97.18 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.13 g; Sód: 1500.67 mg; Potas: 2911.24 mg; Wapń: 531.14 mg; Fosfor: 1196.28 mg; Błonnik pokarmowy: 27.43 g; suma cukrów prostych: 42.62 g; Woda: 790.50 g; Popiół: 12.41 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2026-08-20</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szyunka konserwowa wieprzowa 40g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Jabłka 150g , Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                         | Zupa z botwinki (botwinka, włoszczyzna, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Kaszotto z mięsem wieprzowym i jarzynami w sosie pietruszkowym 300g ( <b>GLU psz, GLU jęcz, SEL</b> ), Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 150g , Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml ,                        | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta śląska ze szczypiorkiem (kielbasa śląska, majonez) 60g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Ogórek zielony 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo chrupkie lekkie pełnoziarniste 2 szt. 20g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2372.58 kcal; Energia: 9217.02 kJ; Białko ogółem: 79.63 g; białko zwierzęce: 30.04 g; białko roślinne: 32.80 g; Tłuszcz: 104.48 g; Węglowodany ogółem: 311.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.07 g; Sód: 1879.96 mg; Potas: 3022.18 mg; Wapń: 736.52 mg; Fosfor: 1240.87 mg; Błonnik pokarmowy: 37.80 g; suma cukrów prostych: 45.55 g; Woda: 960.25 g; Popiół: 12.87 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2026-08-20</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.ŁUSZCZU (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Kakao 200ml ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 80g ( <b>MLE</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa z botwinki (botwinka, włoszczyzna, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Kaszotto z mięsem wieprzowym i jarzynami w sosie pietruszkowym 300g ( <b>GLU psz, GLU jęcz, SEL</b> ), Surówka z selera i marchwi drobno tarta ze śmietaną 150g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin i jaj z koperkiem 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Cukinia duszona z pieca w ziołach 80g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2146.83 kcal; Energia: 8474.35 kJ; Białko ogółem: 86.73 g; białko zwierzęce: 34.01 g; białko roślinne: 36.71 g; Tłuszcz: 69.99 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.52 g; Sód: 1498.45 mg; Potas: 2905.69 mg; Wapń: 526.70 mg; Fosfor: 1191.84 mg; Błonnik pokarmowy: 27.43 g; suma cukrów prostych: 42.25 g; Woda: 781.62 g; Popiół: 12.30 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2026-08-20</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kakao 200ml ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 80g ( <b>MLE</b> ), Szyunka konserwowa wieprzowa 20g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                                                    | Zupa z botwinki (botwinka, włoszczyzna, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Kaszotto z mięsem wieprzowym i jarzynami w sosie pietruszkowym 300g ( <b>GLU psz, GLU jęcz, SEL</b> ), Surówka z selera i marchwi drobno tarta ze śmietaną 150g ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , szynka z indyka 40g ( <b>MLE, JAJ, SEL, GOR</b> ), Cukinia duszona z pieca w ziołach 80g , Jogurt naturalny . 150g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2462.85 kcal; Energia: 9412.34 kJ; Białko ogółem: 100.17 g; białko zwierzęce: 36.96 g; białko roślinne: 36.95 g; Tłuszcz: 96.05 g; Węglowodany ogółem: 322.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.72 g; Sód: 1722.55 mg; Potas: 2969.43 mg; Wapń: 530.90 mg; Fosfor: 1233.77 mg; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; suma cukrów prostych: 42.80 g; Woda: 804.65 g; Popiół: 12.56 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                  |
| czwartek 2026-08-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                  |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kakao 200ml ( <b>MLE</b> ), Tw arozek z koperkiem 80g ( <b>MLE</b> ), Galarełka owocowa 200g ( <b>MLE, GLU psz</b> ),                                                                                                                                                                                                                      | Zupa z botwinki (botwinka, włoszczyzna, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Kaszotto z mięsem wieprzowym i jarzynami w sosie pietruszkowym 300g ( <b>GLU psz, GLU jęcz, SEL</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g ( <b>MLE, GLU psz, ROŚ</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw. i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Cukinia duszona z pieca w ziołach 80g , szynka z indyka 40g ( <b>MLE, JAJ, SEL, GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2535.20 kcal; Energia: 10270.87 kJ; Białko ogółem: 92.49 g; białko zwierzęce: 35.60 g; białko roślinne: 45.13 g; Tłuszcz: 97.91 g; Węglowodany ogółem: 346.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.58 g; Sód: 1888.19 mg; Potas: 2718.66 mg; Wapń: 530.79 mg; Fosfor: 1289.81 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; suma cukrów prostych: 52.38 g; Woda: 697.97 g; Popiół: 12.95 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                           |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| piątek 2026-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Ser biały półtłusty 100g ( <b>MLE</b> ), Papryka czerwona 50g,                                                                                                                           | Zupa koperkowa z makaronem(włoszcz,mleko,makaron) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Ryba miruna panierowana smażona 100g ( <b>GLU psz, JAJ, RYB</b> ), Sałatka z ogórka kwaszonego z cebulą i olejem rzepakowym 150g, Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml, | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta mięsno-warzywna (mięso drobiowe, warzywa gotowane) 80g, Pomidory 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłka 150g,                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2335.15 kcal; Energia: 9514.04 kJ; Białko ogółem: 87.47 g; białko zwierzęce: 44.60 g; białko roślinne: 33.04 g; Tłuszcz: 96.42 g; Węglowodany ogółem: 310.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.71 g; Sód: 2269.00 mg; Potas: 3784.95 mg; Wapń: 657.14 mg; Fosfor: 1624.73 mg; Błonnik pokarmowy: 33.84 g; suma cukrów prostych: 56.30 g; Woda: 1216.20 g; Popiół: 16.00 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Dżem 60g, filet złocisty 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g,                                                                                                                                                   | Zupa koperkowa z makaronem(włoszcz,mleko,makaron) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Miruna duszona z pieca 100g ( <b>SEL, RYB</b> ), Sos grecki (włoszcz, kon.pom, olej) 150g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml,               | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłka 150g,                                                                                              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2410.43 kcal; Energia: 9855.51 kJ; Białko ogółem: 74.66 g; białko zwierzęce: 35.85 g; białko roślinne: 35.65 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 355.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.86 g; Sód: 2012.19 mg; Potas: 3922.28 mg; Wapń: 548.51 mg; Fosfor: 1305.51 mg; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; suma cukrów prostych: 92.58 g; Woda: 1107.97 g; Popiół: 16.01 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Ser biały półtłusty 80g ( <b>MLE</b> ), filet złocisty 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), Papryka czerwona 50g,                                                                                                                  | Zupa koperkowa z makaronem(włoszcz,mleko,makaron) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Miruna duszona z pieca 100g ( <b>SEL, RYB</b> ), Sałatka z ogórka kwaszonego z cebulą i olejem rzepakowym 150g, Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                   | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica miodowa 40g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Pomidory 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłka 150g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2002.19 kcal; Energia: 8298.61 kJ; Białko ogółem: 76.23 g; białko zwierzęce: 45.95 g; białko roślinne: 27.37 g; Tłuszcz: 67.21 g; Węglowodany ogółem: 300.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.97 g; Sód: 2538.41 mg; Potas: 3459.50 mg; Wapń: 471.20 mg; Fosfor: 1410.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; suma cukrów prostych: 83.83 g; Woda: 1013.73 g; Popiół: 15.48 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.ŁUSZCZU (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Dżem 60g, filet złocisty 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g,                                                                                                                                                   | Zupa koperkowa z makaronem(włoszcz,mleko,makaron) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Miruna duszona z pieca 100g ( <b>SEL, RYB</b> ), Sos grecki (włoszcz, kon.pom, olej) 150g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                              | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Sałata 50g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłka 150g,                                                                                              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2253.13 kcal; Energia: 9196.61 kJ; Białko ogółem: 72.74 g; białko zwierzęce: 33.93 g; białko roślinne: 35.65 g; Tłuszcz: 69.39 g; Węglowodany ogółem: 352.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.21 g; Sód: 1988.49 mg; Potas: 3848.78 mg; Wapń: 486.11 mg; Fosfor: 1260.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; suma cukrów prostych: 89.93 g; Woda: 1058.67 g; Popiół: 15.60 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Dżem 60g, filet złocisty 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g,                                                                                                                                                   | Zupa koperkowa z makaronem(włoszcz,mleko,makaron) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Miruna duszona z pieca 100g ( <b>SEL, RYB</b> ), Sos grecki (włoszcz, kon.pom, olej) 150g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Kompot wieloowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml,               | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Sałata 50g, Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłka 150g,                                                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2651.93 kcal; Energia: 10491.51 kJ; Białko ogółem: 102.61 g; białko zwierzęce: 54.30 g; białko roślinne: 35.65 g; Tłuszcz: 97.55 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.75 g; Sód: 2582.19 mg; Potas: 3673.28 mg; Wapń: 668.51 mg; Fosfor: 1515.51 mg; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; suma cukrów prostych: 97.54 g; Woda: 1226.79 g; Popiół: 17.39 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                    |
| piątek 2026-08-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                    |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami ow sianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Dżem 60g , filet złocisty 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g ,                                                                                                                                              | Zupa koperkowa z makaronem(włoszcz,mleko,makaron) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Miruna duszona z pieca 100g ( <b>SEL, RYB</b> ), Sos grecki (włoszcz, kon.pom, olej) 150g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Sok wieloowocowy pasteryzowany 200ml 1szt ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłko pieczone 150g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2449.43 kcal; Energia: 10024.01 kJ; Białko ogółem: 74.16 g; białko zwierzęce: 35.85 g; białko roślinne: 34.95 g; Tłuszcz: 85.09 g; Węglowodany ogółem: 365.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; Sód: 2010.19 mg; Potas: 3486.28 mg; Wapń: 536.51 mg; Fosfor: 1295.01 mg; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; suma cukrów prostych: 92.53 g; Woda: 1060.72 g; Popiół: 15.51 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2026-08-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasztet drobiowy (wyrób własny, udko z indyka, warzywa, olej rzepak) 80g ( <b>MLE, JAJ, SEL</b> ), Ogórek zielony 50g ,                                                                                                                               | Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml ( <b>GLU psz, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka pieczony 100g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Mizeria z kefirem 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,            | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Polędwica z majerankiem 50g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ogórki kiszzone 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2033.03 kcal; Energia: 8283.88 kJ; Białko ogółem: 86.31 g; białko zwierzęce: 3.44 g; białko roślinne: 25.97 g; Tłuszcz: 73.66 g; Węglowodany ogółem: 278.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.92 g; Sód: 1656.16 mg; Potas: 2195.27 mg; Wapń: 260.95 mg; Fosfor: 769.76 mg; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; suma cukrów prostych: 63.94 g; Woda: 738.93 g; Popiół: 10.71 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sobota 2026-08-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta jajeczna z twarogiem i zielenią 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Cukinia duszona z pieca 100g ,                                                                                                                                                                                                                      | Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml ( <b>GLU psz, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g , Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidory 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2358.77 kcal; Energia: 9344.38 kJ; Białko ogółem: 103.47 g; białko zwierzęce: 8.51 g; białko roślinne: 32.68 g; Tłuszcz: 92.04 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.08 g; Sód: 1024.23 mg; Potas: 1925.50 mg; Wapń: 196.21 mg; Fosfor: 632.77 mg; Błonnik pokarmowy: 18.64 g; suma cukrów prostych: 41.59 g; Woda: 535.90 g; Popiół: 8.40 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sobota 2026-08-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta jajeczna z twarogiem i zielenią 60g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Polędwica z majerankiem 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ogórek zielony 50g ,                                                                                     | Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml ( <b>GLU psz, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g , Mizeria z kefirem 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,                                              | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 60g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszzone 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z pomidora i cebuli z bazylią 100g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2117.95 kcal; Energia: 8472.94 kJ; Białko ogółem: 101.59 g; białko zwierzęce: 13.68 g; białko roślinne: 26.92 g; Tłuszcz: 81.45 g; Węglowodany ogółem: 269.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.47 g; Sód: 1503.03 mg; Potas: 2534.46 mg; Wapń: 315.37 mg; Fosfor: 940.08 mg; Błonnik pokarmowy: 27.10 g; suma cukrów prostych: 64.72 g; Woda: 876.26 g; Popiół: 11.28 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sobota 2026-08-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z białek i sera białego z zielenią 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Cukinia duszona z pieca 100g ,                                                                                                                                                                                                                   | Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml ( <b>GLU psz, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g , Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidory 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2265.67 kcal; Energia: 8953.42 kJ; Białko ogółem: 97.06 g; białko zwierzęce: 12.09 g; białko roślinne: 32.66 g; Tłuszcz: 75.51 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.09 g; Sód: 1032.01 mg; Potas: 1943.26 mg; Wapń: 212.12 mg; Fosfor: 676.04 mg; Błonnik pokarmowy: 18.63 g; suma cukrów prostych: 62.04 g; Woda: 546.81 g; Popiół: 8.52 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| sobota 2026-08-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pasta jajeczna z twarogiem i zielenią 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Cukinia duszona z pieca 100g ,                                                                                                                                                            | Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml ( <b>GLU psz, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g , Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wielowocowy(aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Pomidory 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt ,                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2542.02 kcal; Energia: 10114.63 kJ; Białko ogółem: 108.73 g; białko zwierzęce: 17.01 g; białko roślinne: 36.16 g; Tłuszcz: 93.48 g; Węglowodany ogółem: 326.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.12 g; Sód: 1137.88 mg; Potas: 2324.30 mg; Wapń: 502.96 mg; Fosfor: 884.97 mg; Błonnik pokarmowy: 19.64 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Woda: 763.59 g; Popiół: 10.27 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| sobota 2026-08-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z kaszą manną 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pasta jajeczna z twarogiem i zieleciną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Kisiel z owocami 200g ( <b>GLU psz</b> ),                                                                                                                                                 | Rosół z zacierką (włoszczyzna) 400ml ( <b>GLU psz, JAJ, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Udziec z kurczaka duszony 100g , Marchew z groszkiem duszona (olej rzepakowy, mąka pszenna) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Kalaflor z koperkiem i majonezem 50g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2647.96 kcal; Energia: 10626.47 kJ; Białko ogółem: 108.30 g; białko zwierzęce: 17.11 g; białko roślinne: 36.86 g; Tłuszcz: 100.57 g; Węglowodany ogółem: 339.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.61 g; Sód: 1187.37 mg; Potas: 2273.72 mg; Wapń: 506.34 mg; Fosfor: 891.43 mg; Błonnik pokarmowy: 20.17 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Woda: 764.67 g; Popiół: 10.56 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| niedziela 2026-08-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Kielbasa śląska gotowana na ciepło 100g ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), kechup 20g ( <b>GLU psz, SEL, GOR</b> ), ogórki konserwowe 100g ( <b>GOR</b> ),                                                                                          | Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU jęcz</b> ), Schab duszony w sosie własnym (100g/60ml) 160g ( <b>GLU psz</b> ), Buraczki ze śmietaną na zimno 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielooowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta jajeczna z zieleniną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Jabłka 150g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2321.58 kcal; Energia: 8783.99 kJ; Białko ogółem: 104.51 g; białko zwierzęce: 40.79 g; białko roślinne: 33.55 g; Tłuszcz: 88.86 g; Węglowodany ogółem: 306.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.16 g; Sód: 1981.05 mg; Potas: 3575.27 mg; Wapń: 734.03 mg; Fosfor: 1292.69 mg; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Woda: 933.87 g; Popiół: 15.08 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| niedziela 2026-08-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szyunka z indykem prasowana 40g , Pomidory 50g , Sałata 50g ,                                                                                                                                                                                                                                                         | Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU jęcz</b> ), Schab duszony w sosie własnym (100g/60ml) 160g ( <b>GLU psz</b> ), Buraczki ze śmietaną na zimno 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielooowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Twarożek truskawkowy 80g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 150g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2273.02 kcal; Energia: 9270.57 kJ; Białko ogółem: 100.44 g; białko zwierzęce: 53.85 g; białko roślinne: 36.86 g; Tłuszcz: 78.09 g; Węglowodany ogółem: 314.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.01 g; Sód: 1626.08 mg; Potas: 3334.41 mg; Wapń: 774.22 mg; Fosfor: 1247.85 mg; Błonnik pokarmowy: 26.05 g; suma cukrów prostych: 54.40 g; Woda: 955.68 g; Popiół: 14.26 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| niedziela 2026-08-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Kielbasa śląska gotowana na ciepło 100g ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), kechup 20g ( <b>GLU psz, SEL, GOR</b> ), ogórki konserwowe 100g ( <b>GOR</b> ),                                                                                          | Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU jęcz</b> ), Schab duszony w sosie własnym (100g/60ml) 160g ( <b>GLU psz</b> ), Buraczki ze śmietaną na zimno 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielooowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , schabowa kanapkowa 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, GOR, ŻYT, JĘC</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 150g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2261.52 kcal; Energia: 8355.33 kJ; Białko ogółem: 110.79 g; białko zwierzęce: 45.98 g; białko roślinne: 33.51 g; Tłuszcz: 80.53 g; Węglowodany ogółem: 305.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.14 g; Sód: 2156.81 mg; Potas: 3574.87 mg; Wapń: 885.10 mg; Fosfor: 1388.35 mg; Błonnik pokarmowy: 35.71 g; suma cukrów prostych: 55.86 g; Woda: 932.76 g; Popiół: 15.81 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| niedziela 2026-08-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szyunka z indykem prasowana 40g , Pomidory 50g , Sałata 50g ,                                                                                                                                                                                                                                                         | Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU jęcz</b> ), Schab duszony w sosie własnym (100g/60ml) 160g ( <b>GLU psz</b> ), Buraczki ze śmietaną na zimno 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielooowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Twarożek truskawkowy 80g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 150g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2148.22 kcal; Energia: 8748.91 kJ; Białko ogółem: 100.11 g; białko zwierzęce: 53.52 g; białko roślinne: 36.86 g; Tłuszcz: 56.05 g; Węglowodany ogółem: 331.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.93 g; Sód: 1624.35 mg; Potas: 3330.11 mg; Wapń: 770.75 mg; Fosfor: 1244.24 mg; Błonnik pokarmowy: 26.05 g; suma cukrów prostych: 72.06 g; Woda: 947.52 g; Popiół: 14.17 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| niedziela 2026-08-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z makaronem 300ml ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Szyunka z indykem prasowana 40g , Pomidory 50g , Sałata 50g , Jogurt naturalny. 150g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                          | Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU jęcz</b> ), Schab duszony w sosie własnym (100g/60ml) 160g ( <b>GLU psz</b> ), Buraczki ze śmietaną na zimno 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielooowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Twarożek truskawkowy 80g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 150g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2624.92 kcal; Energia: 10276.67 kJ; Białko ogółem: 125.14 g; białko zwierzęce: 62.77 g; białko roślinne: 40.04 g; Tłuszcz: 86.87 g; Węglowodany ogółem: 358.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.15 g; Sód: 1743.68 mg; Potas: 3738.81 mg; Wapń: 1081.42 mg; Fosfor: 1500.95 mg; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; suma cukrów prostych: 66.74 g; Woda: 1180.61 g; Popiół: 16.16 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                             |
| niedziela 2026-08-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                             |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szynka z indykiem prasowana 40g , Marchew talarki w koperkowym sosie vinegret 50g ,                                                                                                                                                                                                                                | Zupa solferino z zielonym groszkiem i ziemniakami (włoszcz, kon.pom, groszek, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 200g ( <b>GLU jęcz</b> ), Schab duszony w sosie własnym (100g/60ml) 160g ( <b>GLU psz</b> ), Buraczki ze śmietaną na zimno 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wielooowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Twarożek truskawkowy 80g ( <b>MLE</b> ), Jabłko pieczone 150g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2447.09 kcal; Energia: 9952.77 kJ; Białko ogółem: 99.58 g; białko zwierzęce: 53.85 g; białko roślinne: 35.77 g; Tłuszcz: 98.21 g; Węglowodany ogółem: 312.76 g; kw. tłuszcz. nasyczone ogółem: 36.39 g; Sód: 1620.22 mg; Potas: 3134.33 mg; Wapń: 759.00 mg; Fosfor: 1227.87 mg; Błonnik pokarmowy: 24.81 g; suma cukrów prostych: 54.30 g; Woda: 862.81 g; Popiół: 13.54 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                      |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| poniedziałek 2026-08-24      Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Ser żółty 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                            | Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, GOR</b> ), Leczo z kielbasą (cukinia, papryka, cebula, pomidor) 300g ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 80g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), sałatka szwedzka 50g ( <b>GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2215.07 kcal; Energia: 8448.67 kJ; Białko ogółem: 77.80 g; białko zwierzęce: 23.49 g; białko roślinne: 33.11 g; Tłuszcz: 89.17 g; Węglowodany ogółem: 306.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.36 g; Sód: 2384.81 mg; Potas: 2413.98 mg; Wapń: 880.09 mg; Fosfor: 1413.42 mg; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; suma cukrów prostych: 40.59 g; Woda: 661.05 g; Popiół: 14.24 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| poniedziałek 2026-08-24      Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidory 50g , Sałata 30g ,                                                                                                                                                                                       | Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, GOR</b> ), Makaron pszenny z truskawkami (200g/100g) 300g ( <b>GLU psz</b> ), Polew a jogurtowo waniliowa 150ml ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,                                   | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , filet złocisty 50g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2380.09 kcal; Energia: 9425.20 kJ; Białko ogółem: 79.53 g; białko zwierzęce: 29.30 g; białko roślinne: 37.97 g; Tłuszcz: 73.82 g; Węglowodany ogółem: 365.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Sód: 1724.21 mg; Potas: 2675.78 mg; Wapń: 732.88 mg; Fosfor: 1225.83 mg; Błonnik pokarmowy: 18.91 g; suma cukrów prostych: 77.71 g; Woda: 891.53 g; Popiół: 13.25 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| poniedziałek 2026-08-24      Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), filet złocisty 20g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                             | Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, GOR</b> ), Leczo z kielbasą (cukinia, papryka, cebula, pomidor) 300g ( <b>MLE, GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Chleb pszenno żytni 100g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono,truskawka) 200ml , | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z wędlin z warzywami 60g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), sałatka szwedzka 50g ( <b>GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z kalafiora z koperkiem i majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2032.94 kcal; Energia: 7675.71 kJ; Białko ogółem: 71.75 g; białko zwierzęce: 19.10 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 85.08 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.98 g; Sód: 2241.48 mg; Potas: 2231.95 mg; Wapń: 380.75 mg; Fosfor: 1147.49 mg; Błonnik pokarmowy: 34.32 g; suma cukrów prostych: 41.41 g; Woda: 588.66 g; Popiół: 12.74 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| poniedziałek 2026-08-24      Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Jajko faszerowane twarogiem 1szt ( <b>MLE, JAJ</b> ), Pomidory 50g , Sałata 30g ,                                                                                                                                                                    | Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, GOR</b> ), Makaron pszenny z truskawkami (200g/100g) 300g ( <b>GLU psz</b> ), Polew a jogurtowo waniliowa 150ml ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,                                   | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , filet złocisty 50g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2262.36 kcal; Energia: 8932.09 kJ; Białko ogółem: 86.76 g; białko zwierzęce: 36.49 g; białko roślinne: 38.01 g; Tłuszcz: 56.60 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.79 g; Sód: 1740.64 mg; Potas: 2724.03 mg; Wapń: 769.29 mg; Fosfor: 1314.35 mg; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; suma cukrów prostych: 78.74 g; Woda: 914.97 g; Popiół: 13.51 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| poniedziałek 2026-08-24      Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Pomidory 50g , Sałata 30g ,                                                                                                                                                                                       | Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, GOR</b> ), Makaron pszenny z truskawkami (200g/100g) 300g ( <b>GLU psz</b> ), Polew a jogurtowo waniliowa 150ml ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,                                   | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , filet złocisty 50g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), banan 1/2 100g , Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2567.59 kcal; Energia: 10061.20 kJ; Białko ogółem: 101.77 g; białko zwierzęce: 47.75 g; białko roślinne: 37.97 g; Tłuszcz: 82.68 g; Węglowodany ogółem: 370.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Sód: 2294.21 mg; Potas: 2795.78 mg; Wapń: 852.88 mg; Fosfor: 1435.83 mg; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; suma cukrów prostych: 82.67 g; Woda: 1010.35 g; Popiół: 14.62 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| poniedziałek 2026-08-24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami ow sianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Jajo gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Włoszczyzna słupki na parze w sosie vinegret 50g ( <b>SEL</b> ),                                                                                                                                              | Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (włoszcz, cukinia, śmietana) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, GOR</b> ), Makaron pszenny z truskawkami (200g/100g) 300g ( <b>GLU psz</b> ), Polewa jogurtowa waniliowa 150ml ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , filet złocisty 50g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, SOJ, GOR, SEZ</b> ), Sałatka z kalafiora z koperkiem i majonezem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2453.95 kcal; Energia: 9660.30 kJ; Białko ogółem: 80.70 g; białko zwierzęce: 29.50 g; białko roślinne: 38.39 g; Tłuszcz: 89.62 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.73 g; Sód: 1818.28 mg; Potas: 2279.54 mg; Wapń: 729.62 mg; Fosfor: 1221.34 mg; Błonnik pokarmowy: 18.45 g; suma cukrów prostych: 67.14 g; Woda: 837.75 g; Popiół: 12.96 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>wtorek 2026-08-25</b> <b>Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml ( <b>MLE, GLU jęcz</b> ), Pasta jajeczna z zieleciną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Papryka czerwona 50g,                                                                                                                        | Krupnik ryżowy z natką pietruszki (włoszcz, ryż) 400ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Klopsik wieprzowo-drobiowy w sosie chrzanowym (100g/60ml) 160g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ</b> ), Surówka wykwinna (kap. czerwona, kap. biała, marchew, pestki słonecznika, jogurt, majonez) 150g ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml, | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Kielbasa żywiecka 50g ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ogórki kiszane 100g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,                                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2279.29 kcal; Energia: 8614.30 kJ; Białko ogółem: 84.06 g; białko zwierzęce: 22.58 g; białko roślinne: 32.16 g; Tłuszcz: 93.05 g; Węglowodany ogółem: 300.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.33 g; Sód: 1762.06 mg; Potas: 3044.04 mg; Wapń: 593.99 mg; Fosfor: 1163.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 48.15 g; Woda: 992.82 g; Popiół: 13.65 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>wtorek 2026-08-25</b> <b>Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenno 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml ( <b>MLE, GLU jęcz</b> ), szynka biała 40g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pomidory 50g,                                                                                                                                                       | Krupnik ryżowy z natką pietruszki (włoszcz, ryż) 400ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Gulasz drobiowo-wieprzowy 150g ( <b>GLU psz</b> ), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                                                                                                                       | Chleb pszenno 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z tw arogu z pietruszką zieloną 80g ( <b>MLE</b> ), Marchew talarki na parze w ziołach prowansalskich 100g ( <b>GLU psz, SEL, DWU, SOJ, GOR</b> ), <b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,                                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2310.94 kcal; Energia: 9023.76 kJ; Białko ogółem: 79.44 g; białko zwierzęce: 32.35 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 96.91 g; Węglowodany ogółem: 297.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.60 g; Sód: 1316.92 mg; Potas: 2931.59 mg; Wapń: 600.66 mg; Fosfor: 1078.75 mg; Błonnik pokarmowy: 21.83 g; suma cukrów prostych: 55.09 g; Woda: 923.99 g; Popiół: 12.31 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>wtorek 2026-08-25</b> <b>Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, szynka biała 20g ( <b>SEL, GOR</b> ), Twarożek z pestkami słonecznika 60g ( <b>MLE</b> ), Papryka czerwona 50g,                                                                                                                                                       | Krupnik ryżowy z natką pietruszki (włoszcz, ryż) 400ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Gulasz drobiowo-wieprzowy 150g ( <b>GLU psz</b> ), Surówka wykwinna (kapusta czerwona, biała, marchew, pestki słonecznika, jogurt, majonez) 150g ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ), Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                                             | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Kielbasa żywiecka 40g ( <b>GLU psz, SEL</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Ogórki kiszane 100g, <b>Posiłek nocny:</b><br>Sałatka z brokuła z pomidorem i koperkiem 100g,              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2184.86 kcal; Energia: 8039.24 kJ; Białko ogółem: 78.35 g; białko zwierzęce: 26.57 g; białko roślinne: 30.06 g; Tłuszcz: 97.69 g; Węglowodany ogółem: 274.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.36 g; Sód: 1435.51 mg; Potas: 3150.29 mg; Wapń: 348.80 mg; Fosfor: 999.26 mg; Błonnik pokarmowy: 28.00 g; suma cukrów prostych: 61.60 g; Woda: 871.43 g; Popiół: 12.04 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>wtorek 2026-08-25</b> <b>Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenno 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml ( <b>MLE, GLU jęcz</b> ), szynka biała 40g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pomidory 50g,                                                                                                                                                       | Krupnik ryżowy z natką pietruszki (włoszcz, ryż) 400ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Gulasz drobiowo-wieprzowy 150g ( <b>GLU psz</b> ), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                                                                                                                       | Chleb pszenno 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z tw arogu z pietruszką zieloną 80g ( <b>MLE</b> ), Marchew talarki na parze w ziołach prowansalskich 100g ( <b>GLU psz, SEL, DWU, SOJ, GOR</b> ), <b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt,                                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2261.10 kcal; Energia: 8816.04 kJ; Białko ogółem: 79.15 g; białko zwierzęce: 32.06 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 77.80 g; Węglowodany ogółem: 327.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.53 g; Sód: 1315.66 mg; Potas: 2928.29 mg; Wapń: 597.84 mg; Fosfor: 1075.63 mg; Błonnik pokarmowy: 21.83 g; suma cukrów prostych: 84.77 g; Woda: 917.81 g; Popiół: 12.23 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>wtorek 2026-08-25</b> <b>Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenno 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml ( <b>MLE, GLU jęcz</b> ), szynka biała 40g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pomidory 50g, Jogurt naturalny. 150g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                | Krupnik ryżowy z natką pietruszki (włoszcz, ryż) 400ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Gulasz drobiowo-wieprzowy 150g ( <b>GLU psz</b> ), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 150g, Kompot wielowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml,                                                                                                                       | Chleb pszenno 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z tw arogu z pietruszką zieloną 80g ( <b>MLE</b> ), Kielbasa żywiecka 20g ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Marchew talarki na parze w ziołach prowansalskich 100g ( <b>GLU psz, SEL, DWU, SOJ, GOR</b> ), <b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2524.44 kcal; Energia: 9023.76 kJ; Białko ogółem: 100.54 g; białko zwierzęce: 32.35 g; białko roślinne: 31.82 g; Tłuszcz: 107.31 g; Węglowodany ogółem: 307.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.59 g; Sód: 1316.92 mg; Potas: 2931.59 mg; Wapń: 600.66 mg; Fosfor: 1078.75 mg; Błonnik pokarmowy: 21.83 g; suma cukrów prostych: 55.09 g; Woda: 924.00 g; Popiół: 12.32 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                       |
| wtorek 2026-08-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                       |
| Bułka kajzerka 50g ( <b>GLU psz</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml ( <b>MLE, GLU jęcz</b> ), szynka biała 40g ( <b>SEL, GOR</b> ), Brokuł na parze z dressingiem jogurtów o-czosnkowym 50g ( <b>MLE</b> ),                                                                                           | Krupnik ryżowy z natką pietruszki (włoszcz, ryż) 400ml ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Gulasz drobiowo-wieprzowy 150g ( <b>GLU psz</b> ), Surówka z buraczków z olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z twarogu z pietruszką zieloną 80g ( <b>MLE</b> ), Sok wieloowocowy pasteryzowany 200ml 1szt ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Mus owocowo-warzywny 100g 1szt , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2398.30 kcal; Energia: 9498.03 kJ; Białko ogółem: 81.64 g; białko zwierzęce: 33.21 g; białko roślinne: 33.46 g; Tłuszcz: 101.84 g; Węglowodany ogółem: 308.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.20 g; Sód: 1329.74 mg; Potas: 2996.14 mg; Wapń: 652.62 mg; Fosfor: 1107.23 mg; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; suma cukrów prostych: 56.52 g; Woda: 932.91 g; Popiół: 12.81 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>środa 2026-08-26</b> <b>Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Połędwica Ani drobiowa 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), Ser topiony 1 szt. 17g ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Pomidory 50g ,                                                  | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (włoszcz, ciecierzyc, mleko) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, ROŚ</b> ), Risotto jarzynowe z mięsem drobiowym krojonym i sosem pomidorowym 300g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Surówka z kapusty białej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,                  | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z sera żółtego z papryką i szczypiorkiem 80g ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ), Ogórek zielony 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2447.22 kcal; Energia: 8924.62 kJ; Białko ogółem: 79.59 g; białko zwierzęce: 19.60 g; białko roślinne: 29.61 g; Tłuszcz: 106.05 g; Węglowodany ogółem: 321.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.18 g; Sód: 2158.35 mg; Potas: 2562.92 mg; Wapń: 804.12 mg; Fosfor: 1201.01 mg; Błonnik pokarmowy: 29.76 g; suma cukrów prostych: 51.62 g; Woda: 753.80 g; Popiół: 13.55 g;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>środa 2026-08-26</b> <b>Dieta: D02-LATWOSTRAWNA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Serdelek wieprzowo-drobiowy na ciepło 80g 1szt ( <b>MLE, GLU psz, SOJ, GOR</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                          | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (włoszcz, ciecierzyc, mleko) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, ROŚ</b> ), Risotto jarzynowe z mięsem drobiowym krojonym i sosem pomidorowym 300g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Surówka z marchewki z salata lodowa, natką pietruszki i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 50g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Sałata 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2449.91 kcal; Energia: 7983.72 kJ; Białko ogółem: 80.39 g; białko zwierzęce: 12.53 g; białko roślinne: 32.67 g; Tłuszcz: 102.25 g; Węglowodany ogółem: 318.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; Sód: 1663.72 mg; Potas: 2307.48 mg; Wapń: 348.73 mg; Fosfor: 754.47 mg; Błonnik pokarmowy: 18.37 g; suma cukrów prostych: 48.75 g; Woda: 692.18 g; Popiół: 9.67 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>środa 2026-08-26</b> <b>Dieta: D03-Z OGR.LATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Połędwica Ani drobiowa 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                  | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (włoszcz, ciecierzyc, mleko) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, ROŚ</b> ), Risotto jarzynowe z mięsem drobiowym krojonym i sosem pomidorowym 300g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Surówka z kapusty białej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml ,                  | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta z sera żółtego z papryką i szczypiorkiem 60g ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ), Szynka konserwowa wieprzowa 20g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Ogórek zielony 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Jabłka 150g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2140.55 kcal; Energia: 7639.51 kJ; Białko ogółem: 78.06 g; białko zwierzęce: 17.98 g; białko roślinne: 30.28 g; Tłuszcz: 82.68 g; Węglowodany ogółem: 301.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Sód: 2107.99 mg; Potas: 2638.93 mg; Wapń: 505.89 mg; Fosfor: 1066.01 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; suma cukrów prostych: 33.50 g; Woda: 770.49 g; Popiół: 12.43 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>środa 2026-08-26</b> <b>Dieta: D05-LATWOSTR Z OGR.TŁUSZCZU (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Serdelek wieprzowo-drobiowy na ciepło 80g 1szt ( <b>MLE, GLU psz, SOJ, GOR</b> ), Pomidory 50g ,                                                                                                                                                          | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (włoszcz, ciecierzyc, mleko) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, ROŚ</b> ), Risotto jarzynowe z mięsem drobiowym krojonym i sosem pomidorowym 300g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Surówka z marchewki z salata lodowa, natką pietruszki i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 50g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Sałata 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                                                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2440.09 kcal; Energia: 8092.56 kJ; Białko ogółem: 76.93 g; białko zwierzęce: 12.33 g; białko roślinne: 33.21 g; Tłuszcz: 101.72 g; Węglowodany ogółem: 321.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.63 g; Sód: 1695.84 mg; Potas: 2246.48 mg; Wapń: 363.37 mg; Fosfor: 767.21 mg; Błonnik pokarmowy: 19.95 g; suma cukrów prostych: 49.37 g; Woda: 733.17 g; Popiół: 9.87 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>środa 2026-08-26</b> <b>Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Serdelek wieprzowo-drobiowy na ciepło 80g 1szt ( <b>MLE, GLU psz, SOJ, GOR</b> ), Pomidory 50g , Serek wiejski 150g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                       | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (włoszcz, ciecierzyc, mleko) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, ROŚ</b> ), Risotto jarzynowe z mięsem drobiowym krojonym i sosem pomidorowym 300g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Surówka z marchewki z salata lodowa, natką pietruszki i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna,agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szynka konserwowa wieprzowa 50g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Sałata 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt ,                                                                                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2779.71 kcal; Energia: 9515.82 kJ; Białko ogółem: 101.83 g; białko zwierzęce: 37.23 g; białko roślinne: 33.21 g; Tłuszcz: 126.25 g; Węglowodany ogółem: 327.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.05 g; Sód: 2337.42 mg; Potas: 2435.68 mg; Wapń: 509.03 mg; Fosfor: 1081.37 mg; Błonnik pokarmowy: 19.95 g; suma cukrów prostych: 54.50 g; Woda: 894.39 g; Popiół: 11.77 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                      |
| środa 2026-08-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml ( <b>MLE, GLU psz, GLU jęcz, GLU żyt</b> ), Serdelek wieprzowo-drobiowy na ciepło 80g 1szt ( <b>MLE, GLU psz, SOJ, GOR</b> ), Warzywa na parze w ziołach prowansalskich 50g ,                                                                                                                     | Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (włoszcz, ciecierzycy, mleko) 400ml ( <b>MLE, GLU psz, SEL, ROŚ</b> ), Risotto jarzynowe z mięsem drobiowym krojonym i sosem pomidorowym 209g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Kalafior z bułką tartą 107g ( <b>MLE, GLU psz</b> ), Kompot wieloowocowy (aronia, porzeczka czerw.i czarna, agrest, winogrono, truskawka) 200ml , | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Szyńka konserwowa wieprzowa 50g ( <b>GLU psz, SEL, SOJ, GOR</b> ), Salata 50g ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Przecier owocowo-warzywny 120g 1szt , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2087.24 kcal; Energia: 6653.82 kJ; Białko ogółem: 70.98 g; białko zwierzęce: 12.29 g; białko roślinne: 29.08 g; Tłuszcz: 79.37 g; Węglowodany ogółem: 291.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.70 g; Sód: 1647.35 mg; Potas: 1910.30 mg; Wapń: 310.39 mg; Fosfor: 794.81 mg; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; suma cukrów prostych: 47.88 g; Woda: 611.86 g; Popiół: 9.19 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                               |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>czwartek 2026-08-27</b> <b>Dieta: D01-PODSTAWOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Twarożek z pestkami słonecznika 80g ( <b>MLE</b> ), Jabłka 150g,                                                                                                                          | Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Gulasz meksykański z mięsem wieprzowym (fasola czerwona kons., kukurydza kons., cebula, papryka) 150g ( <b>GLU psz</b> ), Ćwikła z chrzanem i olejem rzepakowym 150g, Kompot wieloowocowy (jabłka, aronia, agrest, winogrono, truskawka, porzeczka czerwona i czarna) 200ml, | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica miodowa 50g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g ( <b>MLE, GLU psz, ROŚ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>rogalik maślany 1szt ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SOJ, GOR, SEZ, ŁUB</b> ),                                               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2848.26 kcal; Energia: 10111.44 kJ; Białko ogółem: 102.15 g; białko zwierzęce: 43.09 g; białko roślinne: 40.30 g; Tłuszcz: 116.72 g; Węglowodany ogółem: 386.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.30 g; Sód: 2017.85 mg; Potas: 4005.05 mg; Wapń: 694.39 mg; Fosfor: 1621.24 mg; Błonnik pokarmowy: 44.30 g; suma cukrów prostych: 62.22 g; Woda: 1199.91 g; Popiół: 16.51 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2026-08-27</b> <b>Dieta: D02-ŁATWOSTRAWNA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Filet królewski z indyka 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Cukinia duszona z pieca 100g,                                                                                                                                                | Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 100g ( <b>GLU psz, JAJ</b> ), Sałata zielona z sosem na bazie maślanki 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (jabłka, aronia, agrest, winogrono, truskawka, porzeczka czerwona i czarna) 200ml,                                | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta jajeczna z twarogiem i zieleniną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Jabłka 150g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>rogalik maślany 1szt ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SOJ, GOR, SEZ, ŁUB</b> ),                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2434.72 kcal; Energia: 8265.86 kJ; Białko ogółem: 95.23 g; białko zwierzęce: 28.46 g; białko roślinne: 36.42 g; Tłuszcz: 73.51 g; Węglowodany ogółem: 361.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; Sód: 1290.90 mg; Potas: 2795.84 mg; Wapń: 636.87 mg; Fosfor: 1132.18 mg; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; suma cukrów prostych: 46.94 g; Woda: 1032.21 g; Popiół: 12.95 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2026-08-27</b> <b>Dieta: D03-Z OGR.ŁATWOPRZYSW.WĘGLOW (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Filet królewski z indyka 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Jabłka 150g, Kefir 150ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                        | Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 100g ( <b>GLU psz, JAJ</b> ), Ćwikła z chrzanem i olejem rzepakowym 150g, Kompot wieloowocowy (jabłka, aronia, agrest, winogrono, truskawka, porzeczka czerwona i czarna) 200ml,                                                                 | Chleb pszenno żytni 70g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), chleb graham. 30g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Polędwica miodowa 40g ( <b>SEL, SOJ, GOR</b> ), jajo gotowane 1/2 szt 25g ( <b>JAJ</b> ), Fasolka szparagowa z bułką tartą 100g ( <b>MLE, GLU psz, ROŚ</b> ),<br><b>Posiłek nocny:</b><br>Pieczywo chrupkie lekkie pełnoziarniste (2szt) 20g ( <b>GLU psz, GLU żyt</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2134.07 kcal; Energia: 8432.38 kJ; Białko ogółem: 82.15 g; białko zwierzęce: 29.00 g; białko roślinne: 37.50 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 314.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.48 g; Sód: 2345.37 mg; Potas: 3941.04 mg; Wapń: 716.28 mg; Fosfor: 1276.21 mg; Błonnik pokarmowy: 42.28 g; suma cukrów prostych: 50.56 g; Woda: 1027.71 g; Popiół: 15.52 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2026-08-27</b> <b>Dieta: D05-ŁATWOSTR Z OGR.ŁUSZCZU (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Filet królewski z indyka 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Cukinia duszona z pieca 100g,                                                                                                                                                | Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 100g ( <b>GLU psz, JAJ</b> ), Sałata zielona z sosem na bazie maślanki 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (jabłka, aronia, agrest, winogrono, truskawka, porzeczka czerwona i czarna) 200ml,                                | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 10g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta z białek i sera białego z zieleniną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Jabłka 150g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>rogalik maślany 1szt ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SOJ, GOR, SEZ, ŁUB</b> ),                                                                                                                                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2257.92 kcal; Energia: 7525.00 kJ; Białko ogółem: 95.43 g; białko zwierzęce: 31.93 g; białko roślinne: 36.41 g; Tłuszcz: 53.70 g; Węglowodany ogółem: 361.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.33 g; Sód: 1297.88 mg; Potas: 2811.70 mg; Wapń: 651.38 mg; Fosfor: 1174.25 mg; Błonnik pokarmowy: 25.00 g; suma cukrów prostych: 47.33 g; Woda: 1040.68 g; Popiół: 13.04 g;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2026-08-27</b> <b>Dieta: D07-BOGATOBIAŁKOWA (SZPIT)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Filet królewski z indyka 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Cukinia duszona z pieca 100g, Kefir. 150g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                    | Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 100g ( <b>GLU psz, JAJ</b> ), Sałata zielona z sosem na bazie maślanki 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (jabłka, aronia, agrest, winogrono, truskawka, porzeczka czerwona i czarna) 200ml,                                | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml, Pasta jajeczna z twarogiem i zieleniną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Jabłka 150g,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>rogalik maślany 1szt ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SOJ, GOR, SEZ, ŁUB</b> ),                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2531.02 kcal; Energia: 8265.86 kJ; Białko ogółem: 105.73 g; białko zwierzęce: 28.46 g; białko roślinne: 36.42 g; Tłuszcz: 76.21 g; Węglowodany ogółem: 368.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; Sód: 1290.90 mg; Potas: 2795.84 mg; Wapń: 636.87 mg; Fosfor: 1132.18 mg; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; suma cukrów prostych: 46.94 g; Woda: 1032.21 g; Popiół: 12.95 g;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Specjalistyczny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| czwartek 2026-08-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dieta: ONKOLOGIA (SZPIT)                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Zupa mleczna z płatkami ow sianymi 300ml ( <b>MLE, GLU ow</b> ), Filet królewski z indyka 40g ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, SEL, SOJ, GOR</b> ), Cukinia duszona z pieca w ziołach z olejem rzepakowym 100g ,                                                                                                            | Zupa grysikowa z zielonym groszkiem i pietruszką (włoszcz, kasza manna, groszek) 400ml ( <b>GLU psz, SEL</b> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g ( <b>MLE</b> ), Pieczeń rzymska drobiowo wieprzowa duszona 100g ( <b>GLU psz, JAJ</b> ), Brokuł na parze z dressingiem jogurtowo-czosnkowym 150g ( <b>MLE</b> ), Kompot wieloowocowy (jabłko, aronia, agrest, winogrono, truskawka, porzeczka czerwona i czarna) 200ml , | Chleb pszenny 100g ( <b>GLU psz</b> ), Masło 82% 20g ( <b>MLE</b> ), Herbata b/cukru 200ml , Pasta jajeczna z twarogiem i zieloną 80g ( <b>MLE, JAJ</b> ), Sok wieloowocowy pasteryzowany 200ml 1szt ,<br><b>Posiłek nocny:</b><br>rogalik maślane 1szt ( <b>MLE, GLU psz, JAJ, ORZ, SOJ, GOR, SEZ, LUB</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2669.94 kcal; Energia: 9254.75 kJ; Białko ogółem: 100.83 g; białko zwierzęce: 30.02 g; białko roślinne: 40.26 g; Tłuszcz: 96.98 g; Węglowodany ogółem: 365.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.54 g; Sód: 1315.11 mg; Potas: 2991.04 mg; Wapń: 678.65 mg; Fosfor: 1184.10 mg; Błonnik pokarmowy: 27.62 g; suma cukrów prostych: 45.20 g; Woda: 920.02 g; Popiół: 13.25 g; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Dietetyk

.....