

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                      | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                 |
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                          |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | żurek z ziemn.350ml.(1,2,8,13), rolada wp 90g z sosem pieczeniowym (1,3), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2733.11 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 102.73 g; Węglowodany ogółem: 365.79 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; suma cukrów prostych: 106.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;

|                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                               |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2432.04 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 77.42 g; Węglowodany ogółem: 344.39 g; Sól: 2.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.47 g; suma cukrów prostych: 105.43 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                               |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2545.44 kcal; Białko ogółem: 108.62 g; Tłuszcz: 85.12 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.05 g; suma cukrów prostych: 106.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                    |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2911.01 kcal; Białko ogółem: 101.41 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 419.02 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.66 g; suma cukrów prostych: 103.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g;

|                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                               |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2542.24 kcal; Białko ogółem: 98.68 g; Tłuszcz: 85.72 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; Sól: 2.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.85 g; suma cukrów prostych: 100.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>poniedziałek 2025-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                             |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), roszonek 5g , Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2856.34 kcal; Białko ogółem: 126.61 g; Tłuszcz: 105.01 g; Węglowodany ogółem: 350.28 g; Sól: 2.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.21 g; suma cukrów prostych: 109.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV |                                                                                                                                                  |                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*,          | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), kompot z owoców 250ml, Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2), | Ryżowa 350ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, |
|                                                                    |                                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1837.85 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 63.48 g; Węglowodany ogółem: 250.20 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.92 g; suma cukrów prostych: 51.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.45 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Płynna XIII  |                                                                                                                                                         |                                                                             |
|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kasza manna na mleku 350g (1,2), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, Masło 15g*(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, |
|                                                           |                                                                                                                                                         | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1522.23 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 60.68 g; Węglowodany ogółem: 180.46 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.22 g; suma cukrów prostych: 51.41 g; Błonnik pokarmowy: 15.18 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), szynka piastowska 50g(8), kasza manna na mleku 350g (1,2), Napój roślinny 330g*, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), |
|                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3014.72 kcal; Białko ogółem: 101.08 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 473.18 g; Sól: 3.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.41 g; suma cukrów prostych: 113.22 g; Błonnik pokarmowy: 35.43 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata ekspresowa b/c 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, salátka z buraków 120g (3,11,13), pomarańcza 1 szt, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Pasztet z blachy 50g (1,2,3,8,11,13), herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,                                                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),                                                                                                                                                      | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2134.72 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 81.67 g; Węglowodany ogółem: 278.64 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 56.08 g; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Makaron razowy z sosem mięsno-pomid. 300g (1,2,13), Salátka 10g, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | herbata bez cukru 250ml, Chleb pszenno-żytni 4 kromki 110* (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                                               | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2767.24 kcal; Białko ogółem: 105.29 g; Tłuszcz: 77.65 g; Węglowodany ogółem: 418.84 g; Sól: 2.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.42 g; suma cukrów prostych: 88.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homogenizowany 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , | ziemniaczana b-mąki350ml(2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, | Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka konserwowa 50g (8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, wafle ryżowe 60g(9), Biskopki bez cukru 15g (1,3),               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2617.79 kcal; Białko ogółem: 88.07 g; Tłuszcz: 81.97 g; Węglowodany ogółem: 395.32 g; Sól: 4.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.12 g; suma cukrów prostych: 107.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.57 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszonek 5g , | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                                                | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Napój roślinny 330g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2821.24 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodany ogółem: 423.16 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.55 g; suma cukrów prostych: 110.32 g; Błonnik pokarmowy: 38.67 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna 10g 1szt., Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), sucharki 15g* (1), Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2418.24 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.63 g; suma cukrów prostych: 114.45 g; Błonnik pokarmowy: 29.27 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                            | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*. Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2511.44 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 83.77 g; Węglowodany ogółem: 339.70 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.02 g; suma cukrów prostych: 101.00 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), margaryna roślinna lactima 10g (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), salátka z buraków 120g (3,11,13), Salátka 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt. 15g (1),                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2172.47 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węglowodany ogółem: 331.76 g; Sól: 3.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.88 g; suma cukrów prostych: 76.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), serek homog. nat. 60g, (2), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), twaróg krajanka 70g (2)., polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Pomidor 50g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3104.64 kcal; Białko ogółem: 151.89 g; Tłuszcz: 109.86 g; Węglowodany ogółem: 369.98 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.64 g; suma cukrów prostych: 127.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

| poniedziałek 2025-04-21 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), Masło 20g* (2), Salátka z pomidorem,salátą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3), | Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*, Sos koperkowy 100g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2)., Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                  | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2462.94 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 77.91 g; Węglowodany ogółem: 346.98 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.64 g; suma cukrów prostych: 107.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                              |                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                        | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                        |
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                                                                       |                                                                                                              |                                                                                                                                                                 |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g, | Kapuśniak 350ml (1,2,8,11), makaron z serem 350g* (1,2,3), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2446.29 kcal; Białko ogółem: 104.78 g; Tłuszcz: 63.92 g; Węglowodany ogółem: 364.58 g; Sól: 4.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.64 g; suma cukrów prostych: 97.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.13 g;

|                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                |                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                |                                                                                                                                                          |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2497.38 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 352.49 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; suma cukrów prostych: 96.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                                          |                                                                                                                |                                                                                                                                                |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2423.98 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 334.56 g; Sól: 2.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.93 g; suma cukrów prostych: 77.11 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

|                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                              |                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                                                                           |                                                                                                              |                                                                                                                                                |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Ziemniaczana 300ml (1,2,13), indyk gotowany 80 g, Ziemniaki 200g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                   | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2256.04 kcal; Białko ogółem: 105.38 g; Tłuszcz: 61.00 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.16 g; suma cukrów prostych: 69.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g;

|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                           |                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                                                                                   |                                                                                           |                                                                                                                                                |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | Ziemniaczana 300ml (1,2,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.49 kcal; Białko ogółem: 105.58 g; Tłuszcz: 63.96 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 81.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g;

|                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                |                                                                                                                                                                                      |
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2591.38 kcal; Białko ogółem: 123.10 g; Tłuszcz: 77.60 g; Węglowodany ogółem: 356.79 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.90 g; suma cukrów prostych: 99.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

|                                                                            |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <b>wtorek 2025-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b> |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------|--|--|

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                                |                                                                                                                               |                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, | Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, | Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, |
|                                                                                |                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2355.17 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 69.58 g; Węglowodany ogółem: 326.86 g; Sól: 2.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.47 g; suma cukrów prostych: 94.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Płynna XIII                             |                                                                                                                               |                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml, | Ziemniaczana 300ml (1,2,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*, | Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml.jajo,masło 350ml,         |
|                                                                                |                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 71.34 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.24 g; suma cukrów prostych: 115.85 g; Błonnik pokarmowy: 12.81 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                                                                           |                                                                                                                       |                                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), polędwica sopocka 50g(1,8), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), |
|                                                                                                                                                                                                            | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2204.88 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 286.62 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.55 g; suma cukrów prostych: 95.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.56 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                                                        |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., | herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), ogórek kiszony 100g, roszponka 5g , |
| <b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),                                                                                                                                                 | <b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2027.53 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 68.70 g; Węglowodany ogółem: 244.06 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.29 g; suma cukrów prostych: 56.84 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                                                            |                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), papryka św. 100g , rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, | herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Podwieczorek:</b> kiwi 1szt.,                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2164.33 kcal; Białko ogółem: 96.04 g; Tłuszcz: 68.76 g; Węglowodany ogółem: 296.87 g; Sól: 1.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; suma cukrów prostych: 62.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                                                |                                                                                                    |                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg 70g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,      |
|                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13), |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1568.69 kcal; Białko ogółem: 55.03 g; Tłuszcz: 60.53 g; Węglowodany ogółem: 209.00 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; suma cukrów prostych: 79.71 g; Błonnik pokarmowy: 17.01 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                                    |                                                                                                    |                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Napój roślinny 330g*, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka 100g, rukola 5g, | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), Ryż z jabłkami 350g*, Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), schab na kartki 50g*, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1845.89 kcal; Białko ogółem: 50.87 g; Tłuszcz: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 308.28 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.99 g; suma cukrów prostych: 90.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                                                   |                                                                                                               |                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszonek 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                               | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                         |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2473.98 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz: 64.73 g; Węglowodany ogółem: 356.54 g; Sól: 2.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.75 g; suma cukrów prostych: 99.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                                                    |                                                                                                                |                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g*(2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie 250g (8,11,13), Sałata 10g, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2286.73 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 73.85 g; Węglowodany ogółem: 319.55 g; Sól: 2.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.47 g; suma cukrów prostych: 90.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna lactima 10g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, kiwi 1szt., | herbata bez cukru 250ml, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopočka 50g(1,8), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek kiszony 100g, roszonek 5g , |
| II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),                                                                                                                                                                                                                                 | Podwieczorek: kisiel b/c 250g,                                                                                                              | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2486.38 kcal; Białko ogółem: 132.20 g; Tłuszcz: 71.87 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; Sól: 4.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; suma cukrów prostych: 74.31 g; Błonnik pokarmowy: 18.00 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                               | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2802.78 kcal; Białko ogółem: 123.24 g; Tłuszcz: 96.65 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; Sól: 2.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.71 g; suma cukrów prostych: 97.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

| wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                                                                    |                                                                                                               |                                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), rzodkiewka 100g, rukola 5g, | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                               | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka z ryżu, kurczaka , szpinaku, marchewki i pomidora 100g (13),                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2409.38 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 69.55 g; Węglowodany ogółem: 352.24 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; suma cukrów prostych: 95.77 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                           | Obiad<br>Podwieczerek                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                              |
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                       |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Gulasz wieprzowy 160g (1), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Twarożek ze szczypiorkiem 70g(2), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2497.90 kcal; Białko ogółem: 94.78 g; Tłuszcz: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 358.35 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.21 g; suma cukrów prostych: 116.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

|                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                            |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2440.09 kcal; Białko ogółem: 106.64 g; Tłuszcz: 65.48 g; Węglowodany ogółem: 364.92 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 118.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                            |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                         | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                      |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2457.19 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 63.88 g; Węglowodany ogółem: 365.72 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 120.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

|                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                                                                       |                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g, | Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                      |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.67 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; Sól: 3.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.64 g; suma cukrów prostych: 121.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g;

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                                                                                       |                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                         | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2401.67 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 367.86 g; Sól: 3.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.64 g; suma cukrów prostych: 120.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.21 g;

|                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                              |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarożek 70g (2), pomidor 100g, twarożek 70g (2), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                         | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g ,                                                             |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2525.79 kcal; Białko ogółem: 127.86 g; Tłuszcz: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 368.17 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.23 g; suma cukrów prostych: 122.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

|                                                                           |                                                                                                               |                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>środa 2025-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b> |                                                                                                               |                                                                                                    |
| Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, Herbata 250g,                      | Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, brokuły z wody 120 g, |

## Jadłospisy dla oddziałów

|  |  |                                                                         |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------|

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1767.08 kcal; Białko ogółem: 84.19 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 207.97 g; Sól: 3.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.13 g; suma cukrów prostych: 73.49 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII               |                                                                                                               |                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*, | Ryżowa 350ml* (8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana 150g*(1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,         |
|                                                                 |                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1482.36 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 67.89 g; Węglowodany ogółem: 141.02 g; Sól: 3.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.14 g; suma cukrów prostych: 81.58 g; Błonnik pokarmowy: 10.09 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                              |                                                                                                   |                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), Napój roślinny 330g*, | Ryżowa 350ml* (8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), |
|                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g ,                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2416.12 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 62.50 g; Węglowodany ogółem: 357.11 g; Sól: 4.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.63 g; suma cukrów prostych: 109.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                                                     |                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Sałatka z łososiem i topygą 70g (1,4), ogórek zielony 100g, roszponka 5g , | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), jabłko deserowe 1 szt. , Kasza gryczana 200 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), Twaróg ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
| <b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 150g,                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g ,                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1972.77 kcal; Białko ogółem: 92.86 g; Tłuszcz: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 232.09 g; Sól: 3.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.13 g; suma cukrów prostych: 51.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| herbata bez cukru 250ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza gryczana 200 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                            | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2200.52 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 62.98 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; Sól: 2.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.61 g; suma cukrów prostych: 100.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                                                     |                                                                                                                                |                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 g (2), chleb b/glutenowy 3 kromki, | Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane b/mąki 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9),                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2070.35 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 57.32 g; Węglowodany ogółem: 308.61 g; Sól: 4.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; suma cukrów prostych: 122.02 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                                 |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , schab na kartki 50g*, rzodkiewka talarki 100g, Napój roślinny 330g*, roszponka 5g , | Ryżowa 350ml* (8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, filet pieczony z indyka 40g , roszponka 5g , rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1878.10 kcal; Białko ogółem: 75.64 g; Tłuszcz: 35.79 g; Węglowodany ogółem: 296.37 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.09 g; suma cukrów prostych: 109.98 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvity bez cukru 15g ,                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2271.19 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 50.66 g; Węglowodany ogółem: 363.02 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.69 g; suma cukrów prostych: 118.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                                              |                                                                                                                              |                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Ryż z jabłkami 350g.*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                         | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                   | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvity bez cukru 15g ,                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2385.81 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 58.46 g; Węglowodany ogółem: 384.40 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.94 g; suma cukrów prostych: 135.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g (2), ogórek zielony 100g, Salátka z łososiem i topygą 70g (1,4), Herbata z cukrem 250ml*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), jabłko deserowe 1 szt. , | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g (2), Twaróg ze szczypiorkiem 70g(2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),                                                                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: Jogurt naturalny 150g,                                                                                                                                                          | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g ,                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2453.57 kcal; Białko ogółem: 113.66 g; Tłuszcz: 74.17 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; Sól: 4.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.72 g; suma cukrów prostych: 96.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg 70g (2), pomidor 100g, twaróg 70g (2), rukola 5g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), |
|                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                     | Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2972.79 kcal; Białko ogółem: 157.16 g; Tłuszcz: 87.53 g; Węglowodany ogółem: 387.07 g; Sól: 2.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.51 g; suma cukrów prostych: 140.01 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;

| środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                             |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g , | Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200 g(1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, buraczki gotowane 120g (1,2), Gulasz drobiowy 150g* (1,13), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, twaróg 70g (2), roszponka 5g , rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                     | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g, Biskvity bez cukru 15g (1,3),                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2388.59 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 63.53 g; Węglowodany ogółem: 363.27 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 118.47 g; Błonnik pokarmowy: 29.41 g;

Dietetyk

\*\*\*\*\*

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                              |
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                       |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Masło 20g* (2), Salatkę z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, | Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), Kotlet schabowy - 100g (1,2,3), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Podwieczorek:</b> gruszka 1 szt.,                                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2913.80 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 96.12 g; Węglowodany ogółem: 412.75 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; suma cukrów prostych: 92.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.28 g;

|                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                              |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                               | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.67 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 63.06 g; Węglowodany ogółem: 344.24 g; Sól: 2.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.93 g; suma cukrów prostych: 73.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

|                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                              |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2398.27 kcal; Białko ogółem: 115.75 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 350.65 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 82.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

|                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                        |                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                                                                                |                                                                                                                                                        |                                                                                                                              |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2276.42 kcal; Białko ogółem: 101.97 g; Tłuszcz: 59.54 g; Węglowodany ogółem: 343.99 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.12 g; suma cukrów prostych: 80.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

|                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                        |                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                                                                      |                                                                                                                                                        |                                                                                                                              |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 50g(2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2325.42 kcal; Białko ogółem: 111.87 g; Tłuszcz: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 345.74 g; Sól: 2.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.26 g; suma cukrów prostych: 81.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;

|                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                          |
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica sopocka 50g(1,8), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2448.87 kcal; Białko ogółem: 126.52 g; Tłuszcz: 61.93 g; Węglowodany ogółem: 350.87 g; Sól: 2.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.05 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

|                                                                               |                                                                                                                                         |                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>czwartek 2025-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>  |                                                                                                                                         |                                                                                                                                    |
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajko,masło 350ml* (1,2,3), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, Mięso mielone drobiowe 90g*, |

## Jadłospisy dla oddziałów

|  |  |                                                                              |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------|

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.72 kcal; Białko ogółem: 94.63 g; Tłuszcz: 85.99 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; suma cukrów prostych: 79.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII                         |                                                                                                                                         |                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), | Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,            |
|                                                                              |                                                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2100.37 kcal; Białko ogółem: 81.19 g; Tłuszcz: 84.95 g; Węglowodany ogółem: 251.57 g; Sól: 1.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.98 g; suma cukrów prostych: 99.38 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                                                                          |                                                                                                                                               |                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Masło 20g* (2), | Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*,                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2352.35 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 71.43 g; Węglowodany ogółem: 339.45 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.69 g; suma cukrów prostych: 89.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| herbata b/cukru 250 g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszonek i czarnuszką 100g*, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., | herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, roszonek 5g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*,                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> podplomyki b/c 2szt.15g (1),                                                                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2169.07 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 62.81 g; Węglowodany ogółem: 330.45 g; Sól: 1.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.07 g; suma cukrów prostych: 58.97 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 3 kromki 90g (1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2268.27 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 65.45 g; Węglowodany ogółem: 328.53 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.83 g; suma cukrów prostych: 83.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                                  |                                                                                                                                                  |                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg krajanka 50g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, | ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                           | <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(9), |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1861.60 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; Tłuszcz: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 285.89 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.87 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Błonnik pokarmowy: 20.33 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna lactima 10g , |
|                                                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*,                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1980.60 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 320.21 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.47 g; suma cukrów prostych: 63.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), margaryna roślinna lactima 10g (2), |
|                                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2231.87 kcal; Białko ogółem: 105.71 g; Tłuszcz: 50.98 g; Węglowodany ogółem: 348.66 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.72 g; suma cukrów prostych: 80.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                             |                                                                                                                                      |                                                                                                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 50g(2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                      | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                      |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2395.97 kcal; Białko ogółem: 114.74 g; Tłuszcz: 58.79 g; Węglowodany ogółem: 361.16 g; Sól: 2.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; suma cukrów prostych: 95.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt., | herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), margaryna roślinna lactima 10g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , kajzerka 50g (1), |
| II Śniadanie: Mus warzywno-owocowy 100g*,                                                                                                                                                                                                                                                 | Podwieczorek: podpiłomyki b/c 2szt.15g (1),                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2260.92 kcal; Białko ogółem: 96.97 g; Tłuszcz: 56.62 g; Węglowodany ogółem: 354.58 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.17 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.00 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, twaróg krajanka 50g(2), rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), serek homo waniliowy 70g*(2), polędwica sopocka 50g(1,8), |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2728.87 kcal; Białko ogółem: 140.52 g; Tłuszcz: 81.33 g; Węglowodany ogółem: 352.07 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.05 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

| czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Zupa dyniowa z ziemniakami 350ml (1,2,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sos pietruszkowy 100g (1,2), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), Masło 15g*(2), |
|                                                                                                                                                                                                         | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                                                                    | Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, sucharki 15g* (1), Woda mineralna 500ml*,                                      |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2349.27 kcal; Białko ogółem: 105.85 g; Tłuszcz: 63.85 g; Węglowodany ogółem: 348.90 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.87 g; suma cukrów prostych: 80.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                     |
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                              |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), kajzerka 50g (1), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Ser żółty 50g(2), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2719.52 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 94.71 g; Węglowodany ogółem: 367.02 g; Sól: 3.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.93 g; suma cukrów prostych: 93.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;

|                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                           |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2419.36 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 64.27 g; Węglowodany ogółem: 355.84 g; Sól: 4.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; suma cukrów prostych: 90.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

|                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                           |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki b/soli 200g m, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                     | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2377.06 kcal; Białko ogółem: 112.83 g; Tłuszcz: 69.45 g; Węglowodany ogółem: 334.32 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.43 g; suma cukrów prostych: 92.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;

|                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                                                                   |                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                 |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                 | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2311.19 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 64.23 g; Węglowodany ogółem: 340.17 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; suma cukrów prostych: 71.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

|                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                           |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2331.36 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 68.33 g; Węglowodany ogółem: 344.48 g; Sól: 3.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; suma cukrów prostych: 72.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.09 g;

|                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    |
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, pomidor 100g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),                                                                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2608.46 kcal; Białko ogółem: 142.15 g; Tłuszcz: 69.87 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.59 g; suma cukrów prostych: 96.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

|                                                                                                    |                                                                                                                                      |                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>piątek 2025-04-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b>                         |                                                                                                                                      |                                                                                                                              |
| kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), Mus warzywno-owocowy 100g*, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), | Marchew gotowana 150g*(1,2), Herbata z cukrem 250ml*, Grysiówka 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, |

## Jadłospisy dla oddziałów

|  |  |                                                                             |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------|

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2507.98 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 86.23 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.44 g; suma cukrów prostych: 103.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII                     |                                                                                                                                                       |                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| kakao 250ml (1,2), Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3), | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 10g(2), Marchew gotowana 150g*(1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,         |
|                                                                        |                                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2336.03 kcal; Białko ogółem: 87.61 g; Tłuszcz: 95.94 g; Węglowodany ogółem: 278.11 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.71 g; suma cukrów prostych: 118.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.49 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                                                       |                                                                                                                                       |                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 15g*(2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, |
|                                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),                         |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2549.20 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 84.66 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; Sól: 2.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.37 g; suma cukrów prostych: 90.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                             |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), Masło 20g* (2), ogórek zielony 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., | herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
| <b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),                                                                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2145.80 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 63.75 g; Węglowodany ogółem: 300.68 g; Sól: 3.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.15 g; suma cukrów prostych: 51.74 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), ziemniaki 200g , Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), | Herbata z cukrem 250ml*, chleb żytni 3 kromki 90g (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g (1,3),                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2316.21 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 70.78 g; Węglowodany ogółem: 323.05 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.63 g; suma cukrów prostych: 96.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                              |                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Ryż na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | ziemniaczana b-maki350ml,(2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                          | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1726.26 kcal; Białko ogółem: 77.01 g; Tłuszcz: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 245.40 g; Sól: 4.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.85 g; suma cukrów prostych: 52.12 g; Błonnik pokarmowy: 21.70 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                              |                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 40g , margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, rukola 5g, | ziemniaczana b/ml 400ml m(1,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                     | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,                                                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1786.26 kcal; Białko ogółem: 74.65 g; Tłuszcz: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 341.52 g; Sól: 4.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.58 g; suma cukrów prostych: 74.11 g; Błonnik pokarmowy: 30.80 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), margaryna roślinna 10g 1szt., pomidor 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                    | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2299.46 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; Tłuszcz: 50.30 g; Węglowodany ogółem: 357.69 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.90 g; suma cukrów prostych: 91.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), dżem 50g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2485.76 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 66.87 g; Węglowodany ogółem: 374.59 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.11 g; suma cukrów prostych: 109.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kakao b/c 250 ml, chleb żytni 1 kromka 35g (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), szynka konserwowa 50g (8), margaryna roślinna lactima 10g , ogórek zielony 100g, rukola 5g, kajzerka 50g (1), kasza manna na mleku 350g (1,2), | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, surówka meksykańska 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, mandarynka 1 szt., | herbata bez cukru 250ml, kajzerka 50g (1), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, margaryna roślinna lactima 10g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
| <b>II Śniadanie:</b> maślanka 150 ml (2),                                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczorek:</b> Wafle ryżowe 20g(9),                                                                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2358.90 kcal; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 57.63 g; Węglowodany ogółem: 352.31 g; Sól: 4.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.02 g; suma cukrów prostych: 68.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka konserwowa 50g (8), ser żółty 60g (2), Masło 20g* (2), rukola 5g, pomidor 100g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                    | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2956.76 kcal; Białko ogółem: 151.64 g; Tłuszcz: 101.67 g; Węglowodany ogółem: 357.95 g; Sól: 5.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.11 g; suma cukrów prostych: 90.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

| piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kasza manna na mleku 350g (1,2), kakao 250ml (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), Masło 20g* (2), pomidor 100g, rukola 5g, | Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos jarzynowy 100g* (1,2,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                      | <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 1 szt.,                                                                                                                                            | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2471.26 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 69.17 g; Węglowodany ogółem: 357.94 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.20 g; suma cukrów prostych: 91.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczerek                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                     |
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                              |
| Herbata 250g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), roszponka 5g , chleb razowy 30g (1 kromka) (1), kajzerka 50g (1), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Marchewka z groszkiem 120g, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczerek:</b> gruszka 1 szt.,                                                                                                                                     | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),                            |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2909.82 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 104.69 g; Węglowodany ogółem: 401.67 g; Sól: 6.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.22 g; suma cukrów prostych: 120.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;

|                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                |
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                          | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2738.25 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 90.10 g; Węglowodany ogółem: 409.40 g; Sól: 4.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.12 g; suma cukrów prostych: 138.74 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g;

|                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                         |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2751.25 kcal; Białko ogółem: 99.46 g; Tłuszcz: 81.31 g; Węglowodany ogółem: 412.27 g; Sól: 3.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.97 g; suma cukrów prostych: 140.91 g; Błonnik pokarmowy: 33.34 g;

|                                                                                                                                             |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                     |                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                         |
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                             | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2637.60 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 70.54 g; Węglowodany ogółem: 397.45 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.89 g; suma cukrów prostych: 140.32 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g;

|                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                          |                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                     |
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), ogórek zielony 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                             | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                              | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Sałatka z ryżu, marchewki,rukoli i kurczaka 100g*, Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2777.17 kcal; Białko ogółem: 104.21 g; Tłuszcz: 91.43 g; Węglowodany ogółem: 391.33 g; Sól: 2.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.11 g; suma cukrów prostych: 126.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.21 g;

|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                             |
| herbata 250g -, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Podwieczerek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Waffle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3095.60 kcal; Białko ogółem: 126.62 g; Tłuszcz: 110.20 g; Węglowodany ogółem: 400.53 g; Sól: 4.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.51 g; suma cukrów prostych: 128.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g;

|                                                                            |                                                                                                          |                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>sobota 2025-04-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b> |                                                                                                          |                                                                                                          |
| Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,                                 | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 10g(2), | Herbata 250g, Gryskowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuly z wody 150g, |

## Jadłospisy dla oddziałów

|  |  |                                                                                     |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <b>Posiłek nocny:</b> serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, |
|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------|

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2141.53 kcal; Białko ogółem: 106.07 g; Tłuszcz: 85.75 g; Węglowodany ogółem: 238.82 g; Sól: 1.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.82 g; suma cukrów prostych: 101.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII                                      |                                                                                                             |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250g, Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 20g* (2), | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), brokuły z wody 150g, Jarzynka gotowana 150g*, | Herbata 250g, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),                   |
|                                                                                         |                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2169.90 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 104.22 g; Węglowodany ogółem: 216.77 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.02 g; suma cukrów prostych: 135.02 g; Błonnik pokarmowy: 16.31 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                                                       |                                                                                                                         |                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), |
|                                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2),                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2484.37 kcal; Białko ogółem: 99.26 g; Tłuszcz: 90.09 g; Węglowodany ogółem: 324.55 g; Sól: 3.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.52 g; suma cukrów prostych: 142.07 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszonek 5g , | Krupnik 350ml(1,8,13), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, |
| <b>II Śniadanie:</b> Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> sok warzywny 150ml ,                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2670.25 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 103.64 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; Sól: 5.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.92 g; suma cukrów prostych: 65.39 g; Błonnik pokarmowy: 40.68 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), twaróg krajanka 70g (2), papryka św. 100g , rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                      |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2793.65 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 91.09 g; Węglowodany ogółem: 408.87 g; Sól: 4.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.87 g; suma cukrów prostych: 123.59 g; Błonnik pokarmowy: 41.35 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), | ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Ryż z jabłkami 350g*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                            | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                                                        | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2443.94 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 75.41 g; Węglowodany ogółem: 367.29 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; suma cukrów prostych: 118.43 g; Błonnik pokarmowy: 30.73 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., schab na kartki 50g*, Sałatka z roszoneką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), | Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, | Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, filet pieczony z indyka 60g , |
|                                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                                                                             | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2279.85 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 47.98 g; Węglowodany ogółem: 386.02 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.56 g; suma cukrów prostych: 117.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata 250g, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                         | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2635.05 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 411.61 g; Sól: 4.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.02 g; suma cukrów prostych: 140.70 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                                    |                                                                                                                                      |                                                                                                                                                   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ryż z jabłkami 350g. *, Ziemniaki 200g*, | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                           | Posiłek nocny: serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                         |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2741.50 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 68.74 g; Węglowodany ogółem: 439.93 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.42 g; suma cukrów prostych: 153.75 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kajzerka 50g(1), chleb pszenn-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Sałatka z pomidorem, rukolą i pestkami dyni 100g*, roszponka 5g , chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Pulpet parowany 80g* (1,3), gruszka 1 szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), paprykarz 70g (4,8), ogórek konserwowy 100g*, rukola 5g, |
| II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: sok warzywny 150ml ,                                                                                                                                                             | Posiłek nocny: serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                                        |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2491.30 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 77.92 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; Sól: 5.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.52 g; suma cukrów prostych: 80.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), Sałatka z roszponką, pomidorem i nasionami słonecznika 100g*, Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), Ryż na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2), | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g, |
|                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 3276.05 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 125.80 g; Węglowodany ogółem: 395.60 g; Sól: 5.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.11 g; suma cukrów prostych: 123.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g;

| sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Parówka na gorąco 1szt- 60g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), mandarynki 150g, | Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Pulpet parowany 80g* (1,3), sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Ziemniaki 200g*, Sos pomidorowy 100ml (1,2), | Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), jabłko deserowe 1 szt. , Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Mus warzywno-owocowy 100g*, |
|                                                                                                                                                                                                            | Podwieczorek: Banan 1 szt,                                                                                                                                           | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka owocowa 120g, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),                                                                                  |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2717.85 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 82.50 g; Węglowodany ogółem: 425.36 g; Sól: 4.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.97 g; suma cukrów prostych: 150.17 g; Błonnik pokarmowy: 37.63 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital WSS5                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                              | Obiad<br>Podwieczerek                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                 |
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa I*</b>                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                          |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 50g (1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Udko pieczone 1szt 200g (11,13,8), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Masło 15g*(2), poledwica sopocka 50g(1,8), pomidor 100g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rozszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczerek:</b> Grejfrut 1/2 szt ,                                                                                                                  | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2523.57 kcal; Białko ogółem: 115.60 g; Tłuszcz: 81.85 g; Węglowodany ogółem: 335.49 g; Sól: 2.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.29 g; suma cukrów prostych: 95.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

|                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*</b>                                                                                                                                           |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | twarożek 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, rozszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                    | <b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g ,                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2502.95 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 77.52 g; Węglowodany ogółem: 333.82 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 91.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;

|                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII</b>                                                                                                                                          |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                              |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | rosół z makaronem 400ml b/soli, ziemniaki b/soli 200g m, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), rozszponka 5g , pomidor 100g, |
|                                                                                                                                                                                                                 | <b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                    | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2402.65 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.46 g; suma cukrów prostych: 96.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.40 g;

|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV</b>                                                                           |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                              |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rozszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                      | <b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g (1,3),                                                    |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.20 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 63.36 g; Węglowodany ogółem: 342.45 g; Sól: 3.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.41 g; suma cukrów prostych: 76.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;

|                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX</b>                                                                                                                                |                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                     |
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), ogórek zielony 100g, rozszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                      | <b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvoty bez cukru 15g ,                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2353.10 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 63.30 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; Sól: 3.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 75.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;

|                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX</b>                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                    |
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), poledwica sopocka 50g(1,8), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rozszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczerek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biskvoty bez cukru 15g ,                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2643.05 kcal; Białko ogółem: 137.02 g; Tłuszcz: 84.84 g; Węglowodany ogółem: 335.47 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.69 g; suma cukrów prostych: 92.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

|                                                                               |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <b>niedziela 2025-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV</b> |  |  |
|-------------------------------------------------------------------------------|--|--|

## Jadłospisy dla oddziałów

|                                                                  |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 150g, Marchew gotowana 150g*(1,2), Masło 10g(2), | Herbata z cukrem 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, |
|                                                                  |                                                                                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*,                                          |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2354.54 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 82.60 g; Węglowodany ogółem: 301.05 g; Sól: 4.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII            |                                                                                                                                   |                                                                             |
|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, | Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Marchew gotowana 150g*(1,2), ziemniaki 250g, | Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,             |
|                                                                  |                                                                                                                                   | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2099.88 kcal; Białko ogółem: 94.95 g; Tłuszcz: 82.85 g; Węglowodany ogółem: 240.32 g; Sól: 2.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.62 g; suma cukrów prostych: 105.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII                                                                                                                                 |                                                                                                                 |                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homo owocowy 70g (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), Mus warzywno-owocowy 100g*, | Ziemniaki 200g*, Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), |
|                                                                                                                                                                                                     | <b>Podwieczorek:</b> Banan 1 szt,                                                                               | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g ,                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2628.05 kcal; Białko ogółem: 112.39 g; Tłuszcz: 79.00 g; Węglowodany ogółem: 372.12 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.77 g; suma cukrów prostych: 130.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI                                                                                 |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, szynka piastowska 50g(8), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt , | polędwica sopocka 50g(1,8), Masło 15g*(2), rzodkiewka, herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), rosół 5g , |
| <b>II Śniadanie:</b> Kefir 150g(2) 1szt.,                                                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> kisiel b/c 250g,                                                                                                                                       | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g ,                                                                 |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2344.57 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 311.63 g; Sól: 2.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.04 g; suma cukrów prostych: 74.29 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), rzodkiewka talarki 100g, polędwica sopocka 50g(1,8), rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rosół 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                             | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskvity bez cukru 15g (1,3),                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2728.82 kcal; Białko ogółem: 133.22 g; Tłuszcz: 82.69 g; Węglowodany ogółem: 369.77 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.05 g; suma cukrów prostych: 95.82 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL                                                                                                                                                 |                                                                                                                |                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, | ziemniaczana b-maki350ml.(2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto jarskie 300g (8,11,13)*, Sałatka 10g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Twarożek z koperkiem - 70g (2), pomidor 100g, rosół 5g , |
|                                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                         | <b>Posiłek nocny:</b> Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), wafle ryżowe 60g(9),                             |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1824.98 kcal; Białko ogółem: 62.79 g; Tłuszcz: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 273.68 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.48 g; suma cukrów prostych: 74.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.14 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM                                                                                                                                              |                                                                                                                                             |                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, schab na kartki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | filet pieczony z indyka 40g , Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, |
|                                                                                                                                                                                                        | <b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 szt,                                                                                                      | <b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 100g, Woda mineralna 500ml*,                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 1956.30 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 44.77 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; Sól: 3.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.84 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III                                                                                                                                                           |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | Twarożek z koperkiem - 70g (2), Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                       | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g ,                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2383.25 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 64.02 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.62 g; suma cukrów prostych: 92.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E                                                                                                                                                   |                                                                                                                            |                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), rzodkiewka talarki 100g, kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Makaron z serem 350g* (1,2,3), bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Ser topiony 50g* (2), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                            | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkopty bez cukru 15g ,                                                     |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2399.70 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 66.59 g; Węglowodany ogółem: 348.07 g; Sól: 2.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.54 g; suma cukrów prostych: 103.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| kawa zbożowa bez cukru 250ml(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g, kasza manna na mleku 350g (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), szynka piastowska 50g(8), | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, Grejfrut 1/2 szt , | herbata bez cukru 250ml, polędwica sopocka 50g(1,8), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, margaryna roślinna lactima 10g , roszponka 5g , |
| II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,                                                                                                                                                                                                                      | Podwieczorek: kisiel b/c 250g,                                                                                                                                              | Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biszkopty bez cukru 15g ,                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2429.62 kcal; Białko ogółem: 117.36 g; Tłuszcz: 70.63 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.03 g; suma cukrów prostych: 89.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kawa zbożowa z cukrem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), serek homog. naturalny 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), kasza manna na mleku 350g (1,2), rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, Twarożek z koperkiem - 70g (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), ser topiony 2 szt. 34g 92), roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                                                 | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                       | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2880.65 kcal; Białko ogółem: 143.46 g; Tłuszcz: 105.53 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.61 g; suma cukrów prostych: 93.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;

| niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX                                                                                                                                                                |                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), rzodkiewka talarki 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), kasza manna na mleku 350g (1,2), gruszka 1 szt., rukola 5g, | Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Udko gotowane 1szt 200g, | Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), pomidor 100g, roszponka 5g , |
|                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,                                                                                                       | Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Biszkopty bez cukru 15g (1,3),                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna[kcal]: 2459.30 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 77.87 g; Węglowodany ogółem: 344.18 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.78 g; suma cukrów prostych: 92.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g;

## Dietetyk

.....