

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250 g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Zupa z czerwonej soczewicy 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), ogórek zielony talarki 100g, pasta jajeczna ze szczypiorkiem 70g. (3,13,11), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2723.24 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 72.04 g; Węglowodany ogółem: 411.33 g; Sól: 2.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.25 g; suma cukrów prostych: 113.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250 g, Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Salata 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.98 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 56.45 g; Węglowodany ogółem: 378.79 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.68 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), salata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2453.38 kcal; Białko ogółem: 104.38 g; Tłuszcz: 59.74 g; Węglowodany ogółem: 381.38 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.63 g; suma cukrów prostych: 112.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), marchew gotowana 120g (1,2), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.47 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 70.22 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.89 g; suma cukrów prostych: 105.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 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 krajanka 70g (2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2484.27 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 73.16 g; Węglowodany ogółem: 376.59 g; Sól: 2.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.65 g; suma cukrów prostych: 104.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;

poniedziałek 2025-12-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 200g , Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g , twaróg krajanka 70g (2),
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2513.80 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.72 g; suma cukrów prostych: 113.41 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV
Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, bukiet warzyw dieta 120g,	Ryżowa 400ml* (8,13), Herbata z cukrem 250 g, Ziemniaki 200g*, brokuly z wody 120 g, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1836.04 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 277.60 g; Sól: 3.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.43 g; suma cukrów prostych: 66.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Płynna XIII
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Jarzynka gotowana 150g*, masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo.masło 350ml,
		Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1953.95 kcal; Białko ogółem: 69.16 g; Tłuszcz: 69.46 g; Węglowodany ogółem: 262.02 g; Sól: 2.52 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.82 g; suma cukrów prostych: 93.13 g; Błonnik pokarmowy: 19.95 g;

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), Mus warzywno-owocowy 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Pulpet drobiowy gotowany 80g (1,2,3,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, bukiet warzyw dieta 120g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2247.42 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 328.43 g; Sól: 2.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.85 g; suma cukrów prostych: 114.07 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g;

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI
Herbata b/c 250 g, chleb żytni 90g(1) 3 kromki , chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2), Sałata 10g, śliwka 2szt., Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1951.88 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 55.29 g; Węglowodany ogółem: 276.80 g; Sól: 1.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.43 g; suma cukrów prostych: 36.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g;

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V
Herbata b/c 250 g, chleb razowy 90g(1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn.350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, sałatka z selera z jabłkiem 120g (13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g ,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), chleb żytni 90g(1) 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: kiwi 1szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.83 kcal; Białko ogółem: 87.17 g; Tłuszcz: 66.72 g; Węglowodany ogółem: 322.41 g; Sól: 3.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.54 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g;

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	szpinakowa z ziemniakami b/gl 350ml (2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g, ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.62 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 79.89 g; Węglowodany ogółem: 324.90 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; suma cukrów prostych: 109.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g;

poniedziałek 2025-12-22		Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , filet pieczony z indyka 60g , pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, Mus warzywno-owocowy 100g*,	szpinakowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 200g ,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Mus warzywno-owocowy 100g*, Woda mineralna 500ml*, wafle ryżowe 60g(8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2084.52 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; Sól: 1.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.50 g; suma cukrów prostych: 104.15 g; Błonnik pokarmowy: 35.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-12-22		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.18 kcal; Białko ogółem: 91.04 g; Tłuszcz: 37.57 g; Węglowodany ogółem: 378.54 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.38 g; suma cukrów prostych: 110.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

poniedziałek 2025-12-22		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, Masło 20g* (2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homo waniliowy 70g*(2), rukola 5g, pomidor 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), rzodkiewka talarki 100g, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.48 kcal; Białko ogółem: 110.05 g; Tłuszcz: 69.09 g; Węglowodany ogółem: 398.68 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.44 g; suma cukrów prostych: 129.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

poniedziałek 2025-12-22		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb razowy 30g (1 kromka) (1), margaryna roślinna lactima 10g , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), rzodkiewka talarki 100g, Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Sałata 10g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, śliwka 2szt., makaron razowy z serem b/c 350g.(1,2),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna lactima 10g , szynka piastowska 50g(8), ogórek zielony talarki 100g, Herbata bez cukru 250g, roszonek 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt. 15g (1),	Posiłek nocny: jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.63 kcal; Białko ogółem: 102.12 g; Tłuszcz: 48.80 g; Węglowodany ogółem: 302.89 g; Sól: 2.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.35 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g;

poniedziałek 2025-12-22		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), ser żółty 60g (2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, sałata zielona 10g, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszonek 5g , twaróg krajanka 70g (2), jajko na twardo 2 szt. 100g(3),
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Woda mineralna 500ml*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2906.78 kcal; Białko ogółem: 146.68 g; Tłuszcz: 98.04 g; Węglowodany ogółem: 353.34 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.27 g; suma cukrów prostych: 91.67 g; Błonnik pokarmowy: 19.64 g;

poniedziałek 2025-12-22		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Szpinakowa z ziemn. 350ml (1,2,8,13), sałata zielona 10g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, makaron z serem 350g* (1,2,3),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, serek homo.nat. 1 szt. 120g (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (8),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.98 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 59.15 g; Węglowodany ogółem: 383.89 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.32 g; suma cukrów prostych: 117.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*, surówka bułgarska 120g.(3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), papryka św. paski 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2785.83 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 93.29 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; Sól: 3.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.53 g; suma cukrów prostych: 108.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.33 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2617.32 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 381.64 g; Sól: 3.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.03 g; suma cukrów prostych: 103.70 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml*(1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.98 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 75.35 g; Węglowodany ogółem: 385.59 g; Sól: 2.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.74 g; suma cukrów prostych: 107.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), pomidor 100g, roszponka 5g ,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	Ziemniaczana 350ml*(1,2,8,13), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.26 kcal; Białko ogółem: 109.57 g; Tłuszcz: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 339.17 g; Sól: 2.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.70 g; suma cukrów prostych: 104.66 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2),
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2325.42 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 57.82 g; Węglowodany ogółem: 350.21 g; Sól: 2.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.38 g; suma cukrów prostych: 80.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata bez cukru 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, marchew gotowana 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), ziemniaki 200g*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczerek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.68 kcal; Białko ogółem: 109.06 g; Tłuszcz: 74.65 g; Węglowodany ogółem: 362.64 g; Sól: 3.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.44 g; suma cukrów prostych: 84.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo, masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Gryskiwka 350ml*(1,8,13), Ziemniaki 200g*, Jarzynka gotowana 150g*, Mięso mielone drobiowe 90g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2536.19 kcal; Białko ogółem: 116.55 g; Tłuszcz: 77.56 g; Węglowodany ogółem: 347.80 g; Sól: 3.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 113.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.46 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 94.81 g; Węglowodany ogółem: 299.94 g; Sól: 1.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.54 g; suma cukrów prostych: 135.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.43 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Ryż na ml, jajo,masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2883.26 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 91.11 g; Węglowodany ogółem: 397.72 g; Sól: 2.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.52 g; suma cukrów prostych: 125.11 g; Błonnik pokarmowy: 33.70 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Surówka z czerwonej kapusty 120 g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*,	Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 15g*(2), rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), papryka św. paski 100g , Herbata z cukrem 250ml*,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2456.20 kcal; Białko ogółem: 96.50 g; Tłuszcz: 76.35 g; Węglowodany ogółem: 358.50 g; Sól: 3.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; suma cukrów prostych: 64.29 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120 g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2787.48 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 70.50 g; Węglowodany ogółem: 435.10 g; Sól: 3.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.51 g; suma cukrów prostych: 107.59 g; Błonnik pokarmowy: 41.82 g;

wtorek 2025-12-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Ryż na mleku 350 ml*(2), Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Herbata z cukrem 250ml*, Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*, chleb b/glutenowy 3 kromki,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, Filet z kurczaka gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	chleb b/glutenowy 3 kromki, rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, szynka na kartki 50g*, pomidor 100g, Masło 15g*(2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, waflę ryżowe 60g(9), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.12 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 61.59 g; Węglowodany ogółem: 300.89 g; Sól: 2.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.43 g; suma cukrów prostych: 84.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;

wtorek 2025-12-23 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 , dżem 50g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), Sałatka z białej rzodkwi z rozszponką i czarnuszką 100g*,	Koperkowa z ziemniakami b/ml 350ml (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g, gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),	kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, margaryna roślinna lactima 10g , pomidor 100g, filet pieczony z indyka 60g ,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.03 kcal; Białko ogółem: 73.82 g; Tłuszcz: 47.37 g; Węglowodany ogółem: 377.50 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.52 g; suma cukrów prostych: 94.43 g; Błonnik pokarmowy: 38.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-12-23		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Filet z kurczaka gotowany 80g,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, Herbata z cukrem 250g, Masło 15g*(2), pomidor 100g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.01 kcal; Białko ogółem: 116.91 g; Tłuszcz: 51.20 g; Węglowodany ogółem: 380.60 g; Sól: 2.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.70 g; suma cukrów prostych: 109.93 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g;

wtorek 2025-12-23		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Jajko sadzone 1szt*(3),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, twaróg krajanka 70g (2), Masło 15g*(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2553.61 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 72.01 g; Węglowodany ogółem: 378.05 g; Sól: 3.60 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.84 g; suma cukrów prostych: 107.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g;

wtorek 2025-12-23		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , szynka konserwowa 50g (8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Ziemniaki 200g*, Surówka z czerwonej kapusty 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, jabłko deserowe 1 szt. ,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), papryka św. paski 100g ,
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2544.03 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 76.51 g; Węglowodany ogółem: 367.95 g; Sól: 3.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.10 g; suma cukrów prostych: 115.16 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

wtorek 2025-12-23		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Herbata z cukrem 250ml*, rukola 5g, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g, ser żółty 60g (2),
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3095.68 kcal; Białko ogółem: 132.02 g; Tłuszcz: 113.90 g; Węglowodany ogółem: 382.70 g; Sól: 4.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.58 g; suma cukrów prostych: 103.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

wtorek 2025-12-23		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Ryż na mleku 350 ml*(2), Sałatka z białej rzodkwi z roszyką i czarnuszką 100g*	Krupnik 350ml(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), gulasz wieprzowo - drobiowy 150g (1,13),	kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), rukola 5g, Herbata z cukrem 250ml*, polędwica wiśniowa 50g (1,2,11,13), Masło 15g*(2), pomidor 100g,
	Podwieczorek: jabłko deserowe 1 szt. ,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sucharki 15g* (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.03 kcal; Białko ogółem: 95.20 g; Tłuszcz: 74.30 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; Sól: 3.47 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.25 g; suma cukrów prostych: 87.25 g; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka talarki 100g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, Filet z dorsza smażony 100g (1,3,4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), Kapusta z grochem 120g*, ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2241.82 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 73.30 g; Węglowodany ogółem: 296.20 g; Sól: 4.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.14 g; suma cukrów prostych: 59.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), pomidor 100g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.18 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 268.47 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.32 g; suma cukrów prostych: 64.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.18 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 268.47 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.32 g; suma cukrów prostych: 64.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), jabłko deserowe 1 szt. ,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1906.63 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 48.86 g; Węglowodany ogółem: 272.78 g; Sól: 2.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.98 g; suma cukrów prostych: 69.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.98 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Gryskowa 350ml*(1,8,13), mandarynki 2 szt., chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1),	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g , Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.18 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 268.47 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.32 g; suma cukrów prostych: 64.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Gryskowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.78 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 54.04 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.51 g; suma cukrów prostych: 66.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Herbata 250g,	ziemniaczana 400ml płynna, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, brokuły z wody 150g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 150g*(1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2211.59 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 88.95 g; Węglowodany ogółem: 261.76 g; Sól: 2.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.50 g; suma cukrów prostych: 81.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml, Mus warzywno-owocowy 100g*,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroz. 250ml*, bukiet warzyw królewski 120g, Masło 15g*(2),	kompot z suszu 250ml, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1955.55 kcal; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 96.21 g; Węglowodany ogółem: 188.10 g; Sól: 1.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.57 g; suma cukrów prostych: 102.05 g; Błonnik pokarmowy: 15.71 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), Banan 1 szt, chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1),	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g , bukiet warzyw królewski 120g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2164.18 kcal; Białko ogółem: 105.14 g; Tłuszcz: 54.07 g; Węglowodany ogółem: 321.45 g; Sól: 2.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.49 g; suma cukrów prostych: 106.52 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Herbata bez cukru 250g, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw dieta 120g, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1620.33 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 41.04 g; Węglowodany ogółem: 229.29 g; Sól: 2.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.41 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	herbata bez cukru 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1940.53 kcal; Białko ogółem: 106.30 g; Tłuszcz: 53.99 g; Węglowodany ogółem: 268.12 g; Sól: 2.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.11 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), filet pieczony z indyka 40g , pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml,(2,8,13), mandarynki 2 szt., chleb b/glutenowy 3 kromki,	Barszcz czerwony z ziem. b/mąki(2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, filet z dorsza parowany 100g (4,13), ziemniaki 200g , kompot z suszu 250ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1424.25 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 216.82 g; Sól: 4.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.66 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 19.60 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna rama 20g 2szt., Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, kleik z kaszy manny 350ml(1), pomidor 100g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g , filet z dorsza parowany 100g (4,13),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, podplomyki b/c 2szt.15g (1), mus warzywno-owocowy 100g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1462.04 kcal; Białko ogółem: 65.88 g; Tłuszcz: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 220.09 g; Sól: 2.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 8.76 g; suma cukrów prostych: 43.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.73 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Grysiowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1733.22 kcal; Białko ogółem: 80.00 g; Tłuszcz: 41.83 g; Węglowodany ogółem: 268.10 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.73 g; suma cukrów prostych: 64.18 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-12-24 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), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), mandarynki 2 szt., chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1),	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1686.79 kcal; Białko ogółem: 91.05 g; Tłuszcz: 45.55 g; Węglowodany ogółem: 234.86 g; Sól: 2.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.21 g; suma cukrów prostych: 55.79 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), margaryna roślinna lactima 10g , twaróg krajanka 70g (2), kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), rukola 5g, Herbata bez cukru 250g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), rzodkiewka talarki 100g,	Grysikowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, Sos koperkowy 100g (1,2), filet z dorsza parowany 100g (4,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g ,
II Śniadanie: sok warzywny 150ml ,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1905.53 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 46.73 g; Węglowodany ogółem: 270.67 g; Sól: 2.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.16 g; suma cukrów prostych: 66.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250 g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), twaróg krajanka 70g (2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Sos koperkowy 100g (1,2), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g ,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.78 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 54.04 g; Węglowodany ogółem: 270.92 g; Sól: 2.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.51 g; suma cukrów prostych: 66.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

środa 2025-12-24 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Grysikowa 350ml*(1,8,13), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), mandarynki 2 szt.,	kompot z suszu 250ml, filet z dorsza parowany 100g (4,13), Barszcz czerwony z ziem. 350ml (1,2,8,13), bukiet warzyw królewski 120g, ziemniaki 200g , Sos koperkowy 100g (1,2),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, podplomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.18 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 53.69 g; Węglowodany ogółem: 268.47 g; Sól: 2.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.32 g; suma cukrów prostych: 64.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), schab benedykta 50g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), papryka św. paski 100g, roszponka 5g, piernik 60g (1,2,3,6,7),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, surówka z ogórka kisz. 120g(11,13), Pieczeń wieprzowa 80g w sosie własnym,	paprykarz 50g(4,8), Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Masło 15g*(2), rukola 5g,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2308.16 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 79.14 g; Węglowodany ogółem: 322.94 g; Sól: 3.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.03 g; suma cukrów prostych: 95.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.87 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 265.40 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.90 g; suma cukrów prostych: 67.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twarózek 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), ziemniaki b/soli 200g m, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2),, rukola 5g, pomidor 100g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1923.57 kcal; Białko ogółem: 113.37 g; Tłuszcz: 57.32 g; Węglowodany ogółem: 244.18 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.23 g; suma cukrów prostych: 72.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.59 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydzieli. soku żołądkowego IV		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), pomidor 100g, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Ryżowa 350ml* (8,13), Udka gotowane 1szt 200g, Szpinak gotowany 120g(2), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2114.28 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 282.61 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.44 g; suma cukrów prostych: 73.13 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata bez cukru 250g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Masło 20g* (2), twarózek 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Ryżowa 350ml* (8,13), Udka gotowane 1szt 200g, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, twaróg krajanka 70g (2),, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2117.13 kcal; Białko ogółem: 106.01 g; Tłuszcz: 67.31 g; Węglowodany ogółem: 278.06 g; Sól: 3.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.20 g; suma cukrów prostych: 67.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarózek 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g, Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki, Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, twaróg krajanka 70g (2), rukola 5g,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2195.67 kcal; Białko ogółem: 128.73 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 259.50 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.01 g; suma cukrów prostych: 72.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Marchew gotowana 150g*(1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Grysikowa 350ml*(1,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.59 kcal; Białko ogółem: 102.47 g; Tłuszcz: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 266.79 g; Sól: 1.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.99 g; suma cukrów prostych: 63.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.87 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Kasza manna na ml, jajo, masło 350ml*,	Ryżowa 350ml(8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, ziemniaki 250g, Szpinak gotowany 120g(2), masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na ml, jajo,masło 350ml* (1,2,3),
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1918.68 kcal; Białko ogółem: 79.92 g; Tłuszcz: 81.53 g; Węglowodany ogółem: 211.82 g; Sól: 1.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.78 g; suma cukrów prostych: 82.47 g; Błonnik pokarmowy: 13.13 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Ryżowa 350ml(8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, Marchew gotowana 100g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
	Podwieczorek: galaretką 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1872.16 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 58.11 g; Węglowodany ogółem: 261.80 g; Sól: 1.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.37 g; suma cukrów prostych: 68.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;

czwartek 2025-12-25 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), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. paski 100g , roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Udko gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	paprykarz 50g(4,8), Herbata bez cukru 250g, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podplomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.74 kcal; Białko ogółem: 105.43 g; Tłuszcz: 85.47 g; Węglowodany ogółem: 282.62 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.14 g; suma cukrów prostych: 41.64 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Herbata z cukrem 250ml*, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, papryka św. paski 100g , kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Udko gotowane 1szt 200g,	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biszkoty bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.54 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 78.12 g; Węglowodany ogółem: 336.42 g; Sól: 3.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; suma cukrów prostych: 60.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.32 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
chleb b/glutenowy 3 kromki, twaróg 70g (2), Masło 20g* (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Herbata z cukrem 250ml*, rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), Udko gotowane 1szt 200g, ziemniaki 250g, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Herbata z cukrem 250ml*, pomidor 100g, ser żółty 60g (2), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1945.41 kcal; Białko ogółem: 95.48 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 229.99 g; Sól: 5.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.58 g; suma cukrów prostych: 73.35 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;

czwartek 2025-12-25 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., schab na karkki 50g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,	Ryżowa 350ml* (8,13), ziemniaki 250g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Marchew gotowana b/ml b/m 120g, Udko gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , dżem 50g, pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1698.41 kcal; Białko ogółem: 72.49 g; Tłuszcz: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 279.35 g; Sól: 3.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.16 g; suma cukrów prostych: 70.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2025-12-25		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1943.07 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 55.37 g; Węglowodany ogółem: 265.16 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.60 g; suma cukrów prostych: 67.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g;

czwartek 2025-12-25		
Jadłospis dla diety: Vegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Jajko sadzone 1szt*(3), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, Szpinak gotowany 120g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ser żółty 50g(2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2027.82 kcal; Białko ogółem: 86.27 g; Tłuszcz: 74.12 g; Węglowodany ogółem: 255.20 g; Sól: 2.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.57 g; suma cukrów prostych: 69.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

czwartek 2025-12-25		
Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Herbata ekspresowa b/c 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, chleb żytni 1 kromka 35g (1), kasza manna na mleku 350ml (1,2), papryka św. paski 100g , roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z ogórka kisz.120g(11,13), Udka gotowane 1szt 200g, gruszka 1 szt.,	Herbata bez cukru 250g, margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , paprykarz 50g(4,8), pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: podpiomyki b/c 2szt.15g (1),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2), Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2214.99 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 76.56 g; Węglowodany ogółem: 274.87 g; Sól: 4.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.96 g; suma cukrów prostych: 57.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;

czwartek 2025-12-25		
Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), szynka farmerska 50g (1,2,11,13)*, twarożek 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), rukola 5g,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.07 kcal; Białko ogółem: 128.87 g; Tłuszcz: 93.32 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; Sól: 2.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.81 g; suma cukrów prostych: 69.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

czwartek 2025-12-25		
Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), kasza manna na mleku 350ml (1,2), roszponka 5g , rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g , Ciasto drożdżowe 60g* (1,2,3),	Rosół z makaronem 350ml (1,3,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Szpinak gotowany 120g(2), Udka gotowane 1szt 200g,	Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , pomidor 100g, rukola 5g,
II Śniadanie: Jajko na twardo 1 szt. 52g (3),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.07 kcal; Białko ogółem: 113.87 g; Tłuszcz: 81.22 g; Węglowodany ogółem: 256.80 g; Sól: 1.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.71 g; suma cukrów prostych: 69.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), Salatką z pomidorem, sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), chleb żytni 1 kromka 35g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Filet z kurczaka panier. 100g*(1,3,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , ser żółty 60g (2), ogórek konserwowy 100g*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskvity bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2741.78 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 102.68 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; Sól: 3.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.78 g; suma cukrów prostych: 101.83 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.63 kcal; Białko ogółem: 104.14 g; Tłuszcz: 65.85 g; Węglowodany ogółem: 345.63 g; Sól: 1.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.36 g; suma cukrów prostych: 119.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, ziemniaki b/soli 200g m, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.03 kcal; Białko ogółem: 116.40 g; Tłuszcz: 66.48 g; Węglowodany ogółem: 324.46 g; Sól: 2.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; suma cukrów prostych: 122.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), twaróg 70g (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), roszponka 5g ,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2306.13 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 66.25 g; Węglowodany ogółem: 340.73 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 115.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, marchew gotowana 120g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2237.97 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 63.83 g; Węglowodany ogółem: 329.66 g; Sól: 1.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.99 g; suma cukrów prostych: 101.99 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twaróg 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.73 kcal; Białko ogółem: 128.00 g; Tłuszcz: 66.75 g; Węglowodany ogółem: 348.38 g; Sól: 2.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.56 g; suma cukrów prostych: 122.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, marchew gotowana 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2008.57 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 60.98 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.15 g; suma cukrów prostych: 66.41 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata z cukrem 250ml*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, Masło 15g*(2), brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Ryż na ml, jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1984.50 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 244.25 g; Sól: 1.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.84 g; suma cukrów prostych: 88.01 g; Błonnik pokarmowy: 14.36 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), twarożek 70g (2), Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8),
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2392.68 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 70.46 g; Węglowodany ogółem: 341.45 g; Sól: 1.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 129.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kakao b/c 250 ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Sałatka z pomidorem,salata zieloną i nasionami słonecznika 100g*,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), ogórek konserwowy 100g*, roszonek 5g
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Biskopki bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2474.26 kcal; Białko ogółem: 105.87 g; Tłuszcz: 77.38 g; Węglowodany ogółem: 348.30 g; Sól: 2.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.65 g; suma cukrów prostych: 62.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.71 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
kakao 250ml (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 2 kromki 70g (1), pomidor 100g, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2633.38 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węglowodany ogółem: 401.11 g; Sól: 2.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.89 g; suma cukrów prostych: 99.26 g; Błonnik pokarmowy: 38.61 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Ryż na mleku 350 ml*(2), rukola 5g,	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1779.45 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 47.59 g; Węglowodany ogółem: 260.82 g; Sól: 2.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.72 g; suma cukrów prostych: 86.29 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., schab na karkki 50g*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g,	Ziemniaczana b/ml.350ml.(1,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, sos pietruszkowy b/mleka 100ml (1,13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1781.98 kcal; Białko ogółem: 70.47 g; Tłuszcz: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 328.62 g; Sól: 2.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.17 g; suma cukrów prostych: 89.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , szynka piastowska 50g(8), rzodkiewka talarki 100g, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.83 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 46.98 g; Węglowodany ogółem: 345.38 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.07 g; suma cukrów prostych: 119.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), twaróg krajanka 30g. (2), pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ser żółty 50g(2), rzodkiewka talarki 100g, roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.10 kcal; Białko ogółem: 98.70 g; Tłuszcz: 73.12 g; Węglowodany ogółem: 267.65 g; Sól: 1.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.42 g; suma cukrów prostych: 103.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), margaryna roślinna lactima 10g , Sałatka z pomidorem,sałatą zieloną i nasionami słonecznika 100g*, filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, kakao bez cukru 250ml (2), chleb razowy 30g (1 kromka) (1), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2),	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, pomarańcza 1 szt, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	herbata bez cukru 250ml, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna lactima 10g , ogórek konserwowy 100g*, szynka piastowska 50g(8), roszponka 5g ,
II Śniadanie: Kefir 150g(2) 1szt.,	Podwieczorek: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2352.56 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 68.80 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; Sól: 2.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.62 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, serek homo waniliowy 120g* 1 szt. (2), Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), schab gotowany 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarożek 70g (2), rzodkiewka talarki 100g, szynka piastowska 50g(8), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), roszponka 5g ,
	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2777.73 kcal; Białko ogółem: 150.30 g; Tłuszcz: 80.35 g; Węglowodany ogółem: 366.68 g; Sól: 2.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.84 g; suma cukrów prostych: 139.29 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

piątek 2025-12-26 Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
kakao 250ml (1,2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki jęczmienne na mleku 350 ml*(1,2), miód 1 szt.(25g), rukola 5g,	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, schab gotowany 80g, Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 120 g, Sos pietruszkowy 100g (1,2),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , twarożek 70g (2), Banan 1 szt, roszponka 5g ,
II Śniadanie: Biszkopty bez cukru 30g (1,3),	Podwieczorek: Banan 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt, Wafle ryżowe 12g 1 szt. (9),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2700.03 kcal; Białko ogółem: 121.45 g; Tłuszcz: 67.79 g; Węglowodany ogółem: 410.04 g; Sól: 1.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.28 g; suma cukrów prostych: 162.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 50g(1), chleb pszenno-żytni 35g (1 kromka) (1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z ogórka i roszponki z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), chleb żytni 1 kromka 35g (1),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Risotto 300g*(13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rukola 5g, rzodkiewka talarki 100g,
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salátka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2823.52 kcal; Białko ogółem: 99.73 g; Tłuszcz: 114.82 g; Węglowodany ogółem: 347.58 g; Sól: 2.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.15 g; suma cukrów prostych: 62.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salátka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2717.72 kcal; Białko ogółem: 98.34 g; Tłuszcz: 106.40 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; Sól: 2.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; suma cukrów prostych: 62.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twarózek 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salátka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2731.42 kcal; Białko ogółem: 111.76 g; Tłuszcz: 93.09 g; Węglowodany ogółem: 367.92 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.53 g; suma cukrów prostych: 86.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, filet z kurczaka gotowany 110g, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salátka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2369.56 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 64.10 g; Węglowodany ogółem: 335.70 g; Sól: 4.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.49 g; suma cukrów prostych: 85.08 g; Błonnik pokarmowy: 20.94 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), rzodkiewka 100g, roszponka 5g , Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salátka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.24 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 344.21 g; Sól: 3.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 84.24 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
herbata 250g -, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salátka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, serek homog.naturalny 70g. (2), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), serek wiejski 70g (2), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, salátka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2921.77 kcal; Białko ogółem: 115.84 g; Tłuszcz: 117.11 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.06 g; suma cukrów prostych: 71.26 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), jarzynka gotowana 120g (1,2,13), ziemniaki 250g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2107.85 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 60.30 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; Sól: 1.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.69 g; suma cukrów prostych: 88.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Masło 15g*(2), buraczki gotowane 120g (1,2), Ziemniaki 200g*,	Herbata 250g, kasza kukurydziana na ml,jajo,masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2293.66 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 86.85 g; Węglowodany ogółem: 287.17 g; Sól: 1.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.43 g; suma cukrów prostych: 121.74 g; Błonnik pokarmowy: 13.62 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), szynka konserwowa 50g (8), Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), Mus warzywno-owocowy 100g*,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), buraczki gotowane 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1),chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13),
Podwieczorek: Banan 1 szt,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.76 kcal; Białko ogółem: 92.42 g; Tłuszcz: 69.96 g; Węglowodany ogółem: 342.48 g; Sól: 3.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.28 g; suma cukrów prostych: 128.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;

sobota 2025-12-27 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), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z ogórka i roszponki z pestkami dyni 100g*, II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, surówka z marchewki z jabłkiem 120g, mandarynki 2 szt., Risotto dieta 300g* (13) ,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,
Podwieczorek: kisiel b/c 250g,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2634.30 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 104.34 g; Węglowodany ogółem: 334.78 g; Sól: 2.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.36 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Sałatka zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13) ,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,
Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokułem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2746.72 kcal; Białko ogółem: 103.15 g; Tłuszcz: 107.01 g; Węglowodany ogółem: 349.85 g; Sól: 1.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.26 g; suma cukrów prostych: 35.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.36 g;

sobota 2025-12-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata 250g, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), serek homo waniliowy 70g*(2), Sałatka z rzodkiewki i roszponki z nasionami słonecznika 100g*, wafle ryżowe 60g(9), Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), Filet z kurczaka gotowany 80g, Sałatka zielona z sosem winegret 80g, jabłko deserowe 1 szt. , Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, ziemniaki 200g*,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.94 kcal; Białko ogółem: 88.53 g; Tłuszcz: 81.68 g; Węglowodany ogółem: 275.68 g; Sól: 2.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.11 g; suma cukrów prostych: 67.74 g; Błonnik pokarmowy: 19.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-12-27			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, Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), Salatką z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, Kleik z kaszy manny 500ml*(1),	Ryżowa 350ml* (8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Filet z kurczaka gotowany 80g, ziemniaki 200g*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), filet pieczony z indyka 60g, pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.75 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 68.61 g; Węglowodany ogółem: 301.08 g; Sól: 3.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.24 g; suma cukrów prostych: 44.20 g; Błonnik pokarmowy: 22.46 g;

sobota 2025-12-27			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
Herbata z cukrem 250ml*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), margaryna roślinna 10g 1szt., kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), rzodkiewka 100g, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2), roszonek 5g,	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13),	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: mandarynki 2 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.53 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Tłuszcz: 73.29 g; Węglowodany ogółem: 343.93 g; Sól: 2.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.48 g; suma cukrów prostych: 62.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.06 g;

sobota 2025-12-27			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
Herbata 250g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Salatką z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Jajko sadzone 1szt*(3),	Herbata 250g, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Twaróg 70g* (2), pomidor 100g, rukola 5g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, jogurt naturalny 100g (2) 1szt,			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.74 kcal; Białko ogółem: 94.16 g; Tłuszcz: 103.77 g; Węglowodany ogółem: 310.46 g; Sól: 3.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.20 g; suma cukrów prostych: 99.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.79 g;

sobota 2025-12-27			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
kajzerka 50g(1), chleb pszen-żytni 35g (1 kromka) (1), herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, szynka piasłowska 50g(8), chleb żytni 1 kromka 35g (1), Salatką z ogórka i roszonek z pestkami dyni 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Risotto dieta 300g* (13), mandarynki 2 szt., surówka z marchewki z jabłkiem 120g,	herbata bez cukru 250ml, margaryna roślinna lactima 10g, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), rzodkiewka talarki 100g, rukola 5g,			
II Śniadanie: maślanka 150 ml (2),	Podwieczorek: kisiel b/c 250g,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2573.85 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 85.88 g; Węglowodany ogółem: 358.08 g; Sól: 2.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.76 g; suma cukrów prostych: 67.30 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g;

sobota 2025-12-27			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
herbata 250g ~, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), kielbaska śląska 60g 2szt (1,11), Salatką z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, serek wiejski 200g (2) 1szt., Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Salata zielona z sosem winegret 80g, Kompot z owoców mroż. 250ml*, Risotto dieta 300g* (13),	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), 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), pomidor 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3308.67 kcal; Białko ogółem: 137.78 g; Tłuszcz: 134.68 g; Węglowodany ogółem: 379.82 g; Sól: 4.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.91 g; suma cukrów prostych: 88.43 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;

sobota 2025-12-27			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata owocowa 250g*, kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Masło 20g* (2), ser żółty 60g (2), Salatką z rzodkiewki i roszonek z nasionami słonecznika 100g*, Kasza kukurydziana na mleku 350 ml*(2),	Koperkowa z ziemniakami 350ml*(1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, Salata zielona z sosem winegret 80g, Risotto dieta 300g* (13),	Herbata owocowa 250g*, Masło 15g*(2), kajzerka 1szt (1), chleb pszen-żytni (2 kromki) 70g(1), Kielbasa szynkowa 50g (1,2,3,8,11,13), ogórek zielony talarki 100g,			
	Podwieczorek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, sałatka makaronowa z brokulem, pomidorem i kurczakiem 100g (1,3),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.32 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 110.11 g; Węglowodany ogółem: 349.88 g; Sól: 2.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.79 g; suma cukrów prostych: 60.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital WSS5		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa I*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), papryka św. paski 100g , Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*,	jarzynowa 7-skład. 350ml (1,2,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kasza jęczmienna 200g*(1), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250 g, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, Masło 15g*(2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: gruszka 1 szt.,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2361.88 kcal; Białko ogółem: 118.94 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.35 g; suma cukrów prostych: 122.15 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna II*		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g.	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Biskopki bez cukru 15g (1,3),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2126.22 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 65.93 g; Węglowodany ogółem: 277.04 g; Sól: 2.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.78 g; suma cukrów prostych: 101.92 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bezsolna XVIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, rukola 5g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), ziemniaki b/soli 200g m, marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2265.92 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 74.56 g; Węglowodany ogółem: 290.02 g; Sól: 2.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.68 g; suma cukrów prostych: 103.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. substancji pobudzających wydziel. soku żołądkowego IV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), pomidor 100g, rukola 5g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Kurczak gotowany 50g (1,2,3,8,11,13), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2091.06 kcal; Białko ogółem: 87.94 g; Tłuszcz: 79.38 g; Węglowodany ogółem: 260.58 g; Sól: 1.97 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.07 g; suma cukrów prostych: 98.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bez puryn XIX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), serek homog.naturalny 70g. (2), ogórek zielony talarki 100g, rukola 5g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), Mięso mielone drobiowe 90g*, Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2015.13 kcal; Białko ogółem: 85.40 g; Tłuszcz: 76.50 g; Węglowodany ogółem: 251.26 g; Sól: 1.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.56 g; suma cukrów prostych: 84.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa IX		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, serek homog.naturalny 70g. (2), rukola 5g, Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, serek wiejski 70g (2), roszponka 5g ,
	Podwieczerek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.92 kcal; Białko ogółem: 127.65 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 270.65 g; Sól: 2.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.88 g; suma cukrów prostych: 105.35 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona XIV		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Plątki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), ziemniaki 250g, marchew gotowana 120g (1,2), Masło 10g(2),	Herbata z cukrem 250ml*, Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), ziemniaki 250g, brokuły z wody 120 g,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2058.21 kcal; Białko ogółem: 81.25 g; Tłuszcz: 59.68 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; Sól: 1.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.88 g; suma cukrów prostych: 88.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Płynna XIII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,	Kompot z owoców mroż. 250ml*, Mięso mielone drobiowe 90g*, Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Ziemniaki 200g*, brokuły z wody 150g,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Płatki owsiane na ml, jajo, masło 350ml,
		Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2343.99 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 94.55 g; Węglowodany ogółem: 271.33 g; Sól: 1.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.76 g; suma cukrów prostych: 123.07 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Papkowata (półpłynna) XII		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, Mus warzywno-owocowy 100g*, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Mięso mielone drobiowe 90g*, Ziemniaki 200g*, marchew gotowana 120g (1,2), Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2373.32 kcal; Białko ogółem: 108.26 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; Sól: 2.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.76 g; suma cukrów prostych: 111.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów(cukrzyca) VI		
Kawa mleczna b/c 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno-żytni 1kromka 35g(1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, papryka św. paski 100g , rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kasza gryczana 200 g, sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. bez cukru 250ml*, gruszka 1 szt.,	herbata bez cukru 250ml, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2042.10 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 57.98 g; Węglowodany ogółem: 284.91 g; Sól: 2.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.77 g; suma cukrów prostych: 69.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.97 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa V		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml* (1,2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), Masło 20g* (2), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, rukola 5g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), ziemniaki 200g* (2), sałatka z buraków 120g (3,11,13), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), Chleb razowy 90g (3 kromki) (1), chleb pszenno żytni 2 kromki 70g (1), Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2640.40 kcal; Białko ogółem: 128.96 g; Tłuszcz: 68.86 g; Węglowodany ogółem: 388.92 g; Sól: 2.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.73 g; suma cukrów prostych: 109.90 g; Błonnik pokarmowy: 42.86 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa XI GL		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb b/glutenowy 3 kromki, Masło 20g* (2), twaróg krajanka 70g (2), pomidor 100g, rukola 5g, Ryż na mleku 350 ml*(2),	ziemniaczana b-mąki350ml.(2,8,13), indyk gotowany 80 g, Kasza gryczana 200 g, marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb b/glutenowy 3 kromki, Ser żółty 50g(2), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1620.07 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 56.80 g; Węglowodany ogółem: 199.25 g; Sól: 3.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.49 g; suma cukrów prostych: 77.70 g; Błonnik pokarmowy: 20.40 g;

niedziela 2025-12-28 Jadłospis dla diety: Bez mleka XI BM		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Kleik z kaszy manny 500ml*(1), rukola 5g, dżem 25g - 1 szt.,	Brokułowa z ziemn. b/ml.350ml.(1,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g, Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , polędwica sopocka 50g(1,8), roszonek 5g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1693.77 kcal; Białko ogółem: 77.64 g; Tłuszcz: 25.69 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g; Sól: 3.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 5.76 g; suma cukrów prostych: 99.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-12-28			Jadłospis dla diety: Lekkostrawna z ogr. tł III		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , margaryna roślinna 10g 1szt., filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2), rukola 5g,	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, margaryna roślinna 10g 1szt., chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, rosółka 5g ,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1898.02 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 46.38 g; Węglowodany ogółem: 266.00 g; Sól: 2.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.20 g; suma cukrów prostych: 101.43 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

niedziela 2025-12-28			Jadłospis dla diety: Wegetariańska XI W/E		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), Jajko na twardo 1 szt. 52g (3), pomidor 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Ziemniaczana 350ml* (1,2,8,13), makaron z serem 350g* (1,2,3), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Ser topiony 50g* (2), rosółka 5g ,			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.91 kcal; Białko ogółem: 86.63 g; Tłuszcz: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 321.49 g; Sól: 1.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.95 g; suma cukrów prostych: 110.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

niedziela 2025-12-28			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zaw. kwasów tł. VII		
Kawa zbożowa z mlekiem 250g* (1,2), margaryna roślinna lactima 10g , chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, papryka św. paski 100g , rukola 5g, chleb żytni 1 kromka 35g (1), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), sałatka z buraków 120g (3,11,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*, Kasza gryczana 200 g, gruszka 1 szt.,	Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 170g (2)*, margaryna roślinna lactima 10g , rosółka 5g ,			
II Śniadanie: jogurt naturalny 100g (2) 1szt,	Podwieczorek: sok pomidorowy 150ml,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2259.78 kcal; Białko ogółem: 122.60 g; Tłuszcz: 56.87 g; Węglowodany ogółem: 323.03 g; Sól: 2.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.45 g; suma cukrów prostych: 128.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g;

niedziela 2025-12-28			Jadłospis dla diety: Mukowiscydoza XVI		
kawa z mlekiem 250g (1,2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, pomidor 100g, jajko na twardo 2 szt. 100g(3), Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*, ser żółty 60g (2),			
	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.22 kcal; Białko ogółem: 139.15 g; Tłuszcz: 100.25 g; Węglowodany ogółem: 267.50 g; Sól: 2.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.10 g; suma cukrów prostych: 101.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g;

niedziela 2025-12-28			Jadłospis dla diety: Dziecięca XX		
Herbata z cukrem 250ml*, chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Masło 20g* (2), filet zapiekany z indyka 50g (11,13)*, ogórek zielony talarki 100g, Płatki owsiane na mleku 350 ml*(1,2),	Brokułowa z ziemniakami 350ml (1,2,8,13), indyk duszony 80g w sosie wł. (1), Kasza jęczmienna 200g*(1), marchew gotowana 120g (1,2), Kompot z owoców mroż. 250ml*,	Herbata z cukrem 250ml*, Masło 15g*(2), chleb pszenno żytni 80g 3 kromki , Twarożek z rzodkiewka z koperkiem 170g (2)*,			
II Śniadanie: Jogurt owocowy 100g 1szt. (2),	Podwieczorek: pomarańcza 1 szt,	Posiłek nocny: Woda mineralna 500ml*, Mus warzywno-owocowy 100g*, podpiomyki b/c 2szt.15g (1),			

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1991.43 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 62.01 g; Węglowodany ogółem: 257.80 g; Sól: 1.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.58 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;

Dietetyk

.....