



## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Krupnik DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczerek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1780.13 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 49.05 g; Węglowodany ogółem: 258.85 g; Wapń: 752.01 mg; Żelazo: 7.68 mg; Potas: 3243.51 mg; Sód: 4720.68 mg; Fosfor: 1306.46 mg; Witamina D: .99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2400.23 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 77.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.69 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g; suma cukrów prostych: 61.63 g;			
środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1662.11 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 29.7 g; Węglowodany ogółem: 277.25 g; Wapń: 225.97 mg; Żelazo: 8.56 mg; Potas: 3029.95 mg; Sód: 1975.18 mg; Fosfor: 1088.13 mg; Witamina D: 2.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3073.67 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 69.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; suma cukrów prostych: 50.29 g;			
środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1666.76 kcal; Białko ogółem: 81.9 g; Tłuszcz: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 265.79 g; Wapń: 486.7 mg; Żelazo: 9.17 mg; Potas: 3534.57 mg; Sód: 2072.35 mg; Fosfor: 1284.93 mg; Witamina D: 2.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3103.8 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 84.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; suma cukrów prostych: 23.52 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1778.05 kcal; Białko ogółem: 84.1 g; Tłuszcz: 48.42 g; Węglowodany ogółem: 256 g; Wapń: 592.36 mg; Żelazo: 11.94 mg; Potas: 3917.85 mg; Sód: 5296.52 mg; Fosfor: 1525.3 mg; Witamina D: 3.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2716.09 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 107.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.09 g; suma cukrów prostych: 27.37 g;		
środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym- nerkowa 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1922.67 kcal; Białko ogółem: 69.02 g; Tłuszcz: 44.46 g; Węglowodany ogółem: 320.12 g; Wapń: 230.91 mg; Żelazo: 11.06 mg; Potas: 3876.45 mg; Sód: 2985.71 mg; Fosfor: 1067.82 mg; Witamina D: 3.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3616.89 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 130.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.6 g; Błonnik pokarmowy: 38.08 g; suma cukrów prostych: 21.21 g;		
środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym- nerkowa 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1916.77 kcal; Białko ogółem: 67.68 g; Tłuszcz: 43.12 g; Węglowodany ogółem: 319.4 g; Wapń: 217.88 mg; Żelazo: 10.05 mg; Potas: 3427.28 mg; Sód: 2979.39 mg; Fosfor: 1037.59 mg; Witamina D: 3.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3603.46 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 99.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; suma cukrów prostych: 50.72 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połówka sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. ( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2319.18 kcal; Białko ogółem: 115.21 g; Tłuszcz 60.53 g; Węglowodany ogółem: 331.67 g; Wapń: 921.83 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 4299.6 mg; Sód: 5797.28 mg; Fosfor: 1821.69 mg; Witamina D: 3.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3424.72 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 90.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g; suma cukrów prostych: 67.99 g;		
środa 2026-04-01		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połówka sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami-nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1934.59 kcal; Białko ogółem: 71.55 g; Tłuszcz: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 319.4 g; Wapń: 218.78 mg; Żelazo: 10.12 mg; Potas: 3496.58 mg; Sód: 2989.29 mg; Fosfor: 1080.79 mg; Witamina D: 3.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3604.54 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 99.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; suma cukrów prostych: 50.72 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-02</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), Papryka konserwowa 50 g ( <b>GOR,</b> ), Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz mielony duszony w sosie. 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), kasza gryczana na sypko. 160 g ( <b>GLU, OZ,</b> ), Mizeria ze śmietaną. 110 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2408.28 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 78.51 g; Węglowodany ogółem: 340.23 g; Wapń: 641.96 mg; Żelazo: 11.7 mg; Potas: 3226.77 mg; Sód: 5983.36 mg; Fosfor: 1521.39 mg; Witamina D: 4.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 897.56 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 98.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g; suma cukrów prostych: 66.61 g;		
<b>czwartek 2026-04-02</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), Papryka konserwowa DZ 40 g ( <b>GOR,</b> ), Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Zraz mielony duszony w sosie DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g ( <b>GLU, OZ,</b> ), Mizeria ze śmietaną DZ. 90 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Herbatniki petitiki 25 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2027.66 kcal; Białko ogółem: 67.72 g; Tłuszcz: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 282.76 g; Wapń: 504.99 mg; Żelazo: 8.76 mg; Potas: 2446.61 mg; Sód: 5023.86 mg; Fosfor: 1146.24 mg; Witamina D: 1.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 691.28 ug; Witamina B6: 1.68 mg; Witamina C: 78.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.42 g; Błonnik pokarmowy: 17.5 g; suma cukrów prostych: 60.85 g;		
<b>czwartek 2026-04-02</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpety wołowe duszone. 70 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2423.16 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 68.84 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; Wapń: 713.35 mg; Żelazo: 13.03 mg; Potas: 3842.89 mg; Sód: 6180.88 mg; Fosfor: 1484.5 mg; Witamina D: 4.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1772.29 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 105.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.24 g; Błonnik pokarmowy: 28.6 g; suma cukrów prostych: 70.42 g;		
<b>czwartek 2026-04-02</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b></span>		



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-02		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpety wołowe duszone. 70 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2060.11 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 61.7 g; Węglowodany ogółem: 298.26 g; Wapń: 581.24 mg; Żelazo: 14.86 mg; Potas: 4037.13 mg; Sód: 6117.83 mg; Fosfor: 1515.64 mg; Witamina D: 3.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1716.8 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 152.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Błonnik pokarmowy: 39.11 g; suma cukrów prostych: 29.75 g;			
czwartek 2026-04-02		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpety wołowe duszone- nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2159.15 kcal; Białko ogółem: 62 g; Tłuszcz: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 374.05 g; Wapń: 273.08 mg; Żelazo: 13.16 mg; Potas: 4207.87 mg; Sód: 1558.72 mg; Fosfor: 1059.4 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1641.47 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 243.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.57 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; suma cukrów prostych: 28.84 g;			
czwartek 2026-04-02		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpety wołowe duszone- nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2153.25 kcal; Białko ogółem: 60.66 g; Tłuszcz: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 373.33 g; Wapń: 260.05 mg; Żelazo: 12.15 mg; Potas: 3758.7 mg; Sód: 1552.4 mg; Fosfor: 1029.17 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1628.04 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 212.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; suma cukrów prostych: 58.35 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-02		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpety wołowe duszone.( 2.00 porcje ) 70 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2670.79 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz: 75.08 g; Węglowodany ogółem: 387.77 g; Wapń: 923.63 mg; Żelazo: 15.56 mg; Potas: 4443.06 mg; Sód: 6382.96 mg; Fosfor: 1824.06 mg; Witamina D: 4.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1833.25 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 120.65 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 26.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; suma cukrów prostych: 70.61 g;		
czwartek 2026-04-02		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpety wołowe duszone. 70 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Krokietki z ziemniaków- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2319.44 kcal; Białko ogółem: 78.37 g; Tłuszcz: 61.04 g; Węglowodany ogółem: 371.62 g; Wapń: 272.12 mg; Żelazo: 13.65 mg; Potas: 3842.33 mg; Sód: 2364.87 mg; Fosfor: 1209.83 mg; Witamina D: 4.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1738.46 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 121.89 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 13.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.12 g; suma cukrów prostych: 54.76 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rogal maślany 1 szt, margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g, ser żółty twardy 50 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiew biała 50 g,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Łazanki smażone z kapustą kiszoną. 300 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką 60 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ), jabłka 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2186.33 kcal; Białko ogółem: 72 g; Tłuszcz: 64.2 g; Węglowodany ogółem: 333.01 g; Wapń: 1264.7 mg; Żelazo: 6.93 mg; Potas: 3013.47 mg; Sód: 4583.19 mg; Fosfor: 1236.41 mg; Witamina D: 2.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 988.73 ug; Witamina B6: 1.48 mg; Witamina C: 114.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.2 g; Błonnik pokarmowy: 19.76 g; suma cukrów prostych: 90.06 g;		
<b>piątek 2026-04-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rogal maślany 1 szt, masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 40 g, ser żółty twardy 40 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiew biała 40 g,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Łazanki smażone z kapustą kiszoną. DZ 200 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z zieloną cebulką 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ), jabłka 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1966.71 kcal; Białko ogółem: 61.73 g; Tłuszcz: 57.01 g; Węglowodany ogółem: 304.06 g; Wapń: 1141.79 mg; Żelazo: 5.73 mg; Potas: 2778.54 mg; Sód: 4238.79 mg; Fosfor: 1086.99 mg; Witamina D: .55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 861.39 ug; Witamina B6: 1.31 mg; Witamina C: 106.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.21 g; Błonnik pokarmowy: 16.85 g; suma cukrów prostych: 96.64 g;		
<b>piątek 2026-04-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g, Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Klops rybny pieczony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g, sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), pomidory 50 g, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ), jabłka 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2026.18 kcal; Białko ogółem: 69.82 g; Tłuszcz: 43.65 g; Węglowodany ogółem: 346.84 g; Wapń: 943.81 mg; Żelazo: 9.84 mg; Potas: 4807.92 mg; Sód: 4888.39 mg; Fosfor: 1333.59 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1838.98 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 173.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; suma cukrów prostych: 101.13 g;		
<b>piątek 2026-04-03</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b></span>		

**Jadłospisy dla oddziałów**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny pieczony DZ 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), pomidory 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ), jabłka 200 g ,
---	--	--

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1810.59 kcal; Białko ogółem: 59.5 g; Tłuszcz 38.93 g; Węglowodany ogółem: 312.51 g; Wapń: 876.68 mg; Żelazo: 8.24 mg; Potas: 4265.31 mg; Sód: 4530.69 mg; Fosfor: 1160.73 mg; Witamina D: .7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1533.06 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 158.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.9 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; suma cukrów prostych: 105.16 g;

**piątek 2026-04-03****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny pieczony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),
---	--	--

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1744.41 kcal; Białko ogółem: 57.48 g; Tłuszcz: 28 g; Węglowodany ogółem: 324.1 g; Wapń: 462.65 mg; Żelazo: 9.41 mg; Potas: 4176 mg; Sód: 1358.26 mg; Fosfor: 986.76 mg; Witamina D: 1.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1655.96 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 168.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; suma cukrów prostych: 78.57 g;

**piątek 2026-04-03****Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni.łat.przysw, węglow,tłuszczu i**

Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), ser żółty twardy 30 g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 15 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny pieczony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ),
--	---	--

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1738.66 kcal; Białko ogółem: 67.95 g; Tłuszcz: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; Wapń: 762.46 mg; Żelazo: 10.19 mg; Potas: 4457.47 mg; Sód: 1685.62 mg; Fosfor: 1207.57 mg; Witamina D: 1.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1752.93 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 165.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.54 g; suma cukrów prostych: 32.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-04-03		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), T waróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), ser żółty twardy 30 g ( <b>MLE</b> ), sałata zielona 15 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Klops rybny pieczony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszzonej kapusty. 150 g , Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1979.09 kcal; Białko ogółem: 79.75 g; Tłuszcz: 55.07 g; Węglowodany ogółem: 299.76 g; Wapń: 1273.01 mg; Żelazo: 13.17 mg; Potas: 5389.49 mg; Sód: 5137.12 mg; Fosfor: 1706.66 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2534.51 ug; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 192.89 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 20.54 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; suma cukrów prostych: 51.32 g;		
piątek 2026-04-03		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), twaróg półtusty 50 g ( <b>MLE</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1743.92 kcal; Białko ogółem: 51.64 g; Tłuszcz: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 319.98 g; Wapń: 268.56 mg; Żelazo: 9.98 mg; Potas: 4325.63 mg; Sód: 1402.42 mg; Fosfor: 865.79 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1715.39 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 254.32 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 41.94 g; suma cukrów prostych: 29.53 g;		
piątek 2026-04-03		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtusty 50 g ( <b>MLE</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1822.62 kcal; Białko ogółem: 50.45 g; Tłuszcz: 31.89 g; Węglowodany ogółem: 340.16 g; Wapń: 262.05 mg; Żelazo: 9.12 mg; Potas: 3908 mg; Sód: 1395.92 mg; Fosfor: 841.56 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1702.46 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 229.13 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g; suma cukrów prostych: 78.59 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-04-03		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny pieczony.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2225.36 kcal; Białko ogółem: 86.92 g; Tłuszcz: 47.96 g; Węglowodany ogółem: 369.62 g; Wapń: 1151.69 mg; Żelazo: 10.53 mg; Potas: 5108.09 mg; Sód: 5057.83 mg; Fosfor: 1509.95 mg; Witamina D: 2.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1891.14 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 188.38 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 18.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g; suma cukrów prostych: 101.32 g;		
piątek 2026-04-03		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , pomidory 100 g ,	Pejzanka. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klops rybny pieczony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), pomidory 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1779.64 kcal; Białko ogółem: 43.83 g; Tłuszcz: 30.4 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; Wapń: 217.44 mg; Żelazo: 9.2 mg; Potas: 3979.91 mg; Sód: 1382.33 mg; Fosfor: 737.3 mg; Witamina D: 2.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1725.3 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 238.39 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; suma cukrów prostych: 77.03 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 40 g ,	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Sos jarzynowy DZ 60 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Galaretkę owocowa DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), Parówka na gorąco DZ 100 g ( <b>SOJ</b> ), keczup 10 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1977.18 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 71.96 g; Węglowodany ogółem: 262.72 g; Wapń: 646.1 mg; Żelazo: 8.63 mg; Potas: 3251.51 mg; Sód: 5914.24 mg; Fosfor: 1151.18 mg; Witamina D: 1.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2806.45 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 82.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.32 g; suma cukrów prostych: 75.12 g;			
sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1759.24 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; Wapń: 229.99 mg; Żelazo: 9.48 mg; Potas: 3375.79 mg; Sód: 1673 mg; Fosfor: 1148.31 mg; Witamina D: 2.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3412.59 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 86.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; suma cukrów prostych: 54.39 g;			
sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE</b> ), zielona cebulka 1 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1815.56 kcal; Białko ogółem: 99.77 g; Tłuszcz: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; Wapń: 540.04 mg; Żelazo: 10.21 mg; Potas: 3798 mg; Sód: 1919.89 mg; Fosfor: 1477.09 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3483.02 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 90.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.92 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; suma cukrów prostych: 22.88 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), Twaróg z zieloną cebulką 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Parówka na gorąco. 150 g ( <b>SOJ,</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2503.96 kcal; Białko ogółem: 111.4 g; Tłuszcz: 97.99 g; Węglowodany ogółem: 294.67 g; Wapń: 1078.09 mg; Żelazo: 14.79 mg; Potas: 4597.55 mg; Sód: 7292.5 mg; Fosfor: 1972.95 mg; Witamina D: 4.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2114.75 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 136.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.99 g; Błonnik pokarmowy: 38.4 g; suma cukrów prostych: 42.05 g;			
sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jablek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1874.05 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 322.28 g; Wapń: 262.27 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 3611.97 mg; Sód: 2717.5 mg; Fosfor: 1000.41 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3922.76 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 124.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; suma cukrów prostych: 24.26 g;			
sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1876.25 kcal; Białko ogółem: 63.34 g; Tłuszcz: 39.3 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; Wapń: 249.26 mg; Żelazo: 9.39 mg; Potas: 3162.84 mg; Sód: 2711.18 mg; Fosfor: 970.18 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3909.33 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 93.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; suma cukrów prostych: 55.77 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), połówka z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Rolada drob.z oczkiem pieczona ( 2.00 porcje ) 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Parówka na gorąco. 150 g ( <b>SOJ</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2712.99 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz 96.12 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; Wapń: 918.55 mg; Żelazo: 12.99 mg; Potas: 4558.48 mg; Sód: 7588.34 mg; Fosfor: 1784.22 mg; Witamina D: 4.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3752.98 ug; Witamina B6: 3.1 mg; Witamina C: 109.47 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 36.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 78.69 g;		
sobota 2026-04-04		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), połówka z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Sos jarzynowy 80 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Parówka na gorąco. 150 g ( <b>SOJ</b> ), keczup 15 g ( <b>SOJ, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2082.3 kcal; Białko ogółem: 68.66 g; Tłuszcz 65.77 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; Wapń: 188.36 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3226.84 mg; Sód: 2746.2 mg; Fosfor: 917.87 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3383.85 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 168.35 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 22.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.7 g; suma cukrów prostych: 59.04 g;		





## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-04-05		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Żurek z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Rolada z jabłkiem bez cukru 100 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), T waróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 230 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kom pot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ), jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2274.03 kcal; Białko ogółem: 114.7 g; Tłuszcz: 63.82 g; Węglowodany ogółem: 320.3 g; Wapń: 698.91 mg; Żelazo: 14.81 mg; Potas: 5448.58 mg; Sód: 8589.49 mg; Fosfor: 1910.51 mg; Witamina D: 3.98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1672.94 ug; Witamina B6: 3.78 mg; Witamina C: 199.93 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 19.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.36 g; suma cukrów prostych: 34.75 g;		
niedziela 2026-04-05		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Żurek z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), pomidory 50 g , Rolada z jabłkiem bez cukru 100 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), sok bobofrut b/c 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1932.9 kcal; Białko ogółem: 52.56 g; Tłuszcz: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 351.65 g; Wapń: 240.91 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 4260.72 mg; Sód: 4410.63 mg; Fosfor: 833.97 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1475.57 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 231.28 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 8.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g; suma cukrów prostych: 33.8 g;		
niedziela 2026-04-05		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Żurek z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), sok bobofrut b/c 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2198.2 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz: 41.5 g; Węglowodany ogółem: 403.97 g; Wapń: 248.68 mg; Żelazo: 11.84 mg; Potas: 3885.15 mg; Sód: 4449.11 mg; Fosfor: 887.74 mg; Witamina D: 3.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1546.14 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 200.39 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 9.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.56 g; suma cukrów prostych: 63.31 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-04-05		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Żurek z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 230 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2642.28 kcal; Białko ogółem: 114.96 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 405.83 g; Wapń: 764.85 mg; Żelazo: 14.61 mg; Potas: 5355.16 mg; Sód: 8654.17 mg; Fosfor: 1736.08 mg; Witamina D: 4.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1706.31 ug; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 156.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 67.01 g;		
niedziela 2026-04-05		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Żurek z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Rosół z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kurczak gotowany. 230 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ), sok bobofrut b/c 300 ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2548.98 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Tłuszcz: 60.3 g; Węglowodany ogółem: 406.58 g; Wapń: 275.85 mg; Żelazo: 13.95 mg; Potas: 4715.86 mg; Sód: 5022.6 mg; Fosfor: 1382.68 mg; Witamina D: 4.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1637.01 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 201.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g; suma cukrów prostych: 63.86 g;		



**Jadłospisy dla oddziałów**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ</b> ), polędwica zind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 40 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzynami DZ 45 g , Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
---	--	---

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2004.01 kcal; Białko ogółem: 73.24 g; Tłuszcz: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 350.44 g; Wapń: 665.08 mg; Żelazo: 9.98 mg; Potas: 4128.77 mg; Sód: 4822.59 mg; Fosfor: 1242.44 mg; Witamina D: 1.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3207.62 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 117.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.2 g; suma cukrów prostych: 105.83 g;

**poniedziałek 2026-04-06****Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), kiełbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ</b> ), polędwica zind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzynami 80 g , Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), kiełb szynkowa wp 60 g ( <b>SOJ</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
--	---	---

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2011.54 kcal; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 31.9 g; Węglowodany ogółem: 367.51 g; Wapń: 271.63 mg; Żelazo: 11.75 mg; Potas: 4282.12 mg; Sód: 2624 mg; Fosfor: 1188.61 mg; Witamina D: 2.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3433.7 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 126.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.7 g; suma cukrów prostych: 76.61 g;

**poniedziałek 2026-04-06****Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i**

Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), kiełbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ</b> ), polędwica zind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> chleb pszenny 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), T waróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g ( <b>MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzynami 80 g , Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), kiełb szynkowa wp 60 g ( <b>SOJ</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ), jabłka 200 g ,
---	--	---

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1813.94 kcal; Białko ogółem: 90.53 g; Tłuszcz: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 300.24 g; Wapń: 528.67 mg; Żelazo: 11.48 mg; Potas: 4591.25 mg; Sód: 2743.35 mg; Fosfor: 1416.39 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1648.94 ug; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 147.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; suma cukrów prostych: 36.48 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-04-06		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), kiełbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , pomarańcze 150 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), T waróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g ( <b>MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzynomami 80 g , Ziemniaki. 200 g , Cwikła. 150 g ( <b>MLE</b> ), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), kiełb szynkowa wp 60 g ( <b>SOJ</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1981.41 kcal; Białko ogółem: 103.7 g; Tłuszcz: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 297.31 g; Wapń: 1049.3 mg; Żelazo: 15.25 mg; Potas: 5491.8 mg; Sód: 6058.09 mg; Fosfor: 1901.56 mg; Witamina D: 3.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1829.53 ug; Witamina B6: 3.36 mg; Witamina C: 229.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.75 g; Błonnik pokarmowy: 41.83 g; suma cukrów prostych: 58.21 g;		
poniedziałek 2026-04-06		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzynomami- nerkowa. 45 g , Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), Przekier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1645.38 kcal; Białko ogółem: 48.36 g; Tłuszcz: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 301.51 g; Wapń: 208.79 mg; Żelazo: 9.2 mg; Potas: 3748.73 mg; Sód: 1419.15 mg; Fosfor: 843.33 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1615.98 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 220.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.06 g; suma cukrów prostych: 26.79 g;		
poniedziałek 2026-04-06		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzynomami- nerkowa. 45 g , Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubaś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2004.28 kcal; Białko ogółem: 55.47 g; Tłuszcz: 34.18 g; Węglowodany ogółem: 383.13 g; Wapń: 268.08 mg; Żelazo: 10.28 mg; Potas: 3878.7 mg; Sód: 1539.13 mg; Fosfor: 948.1 mg; Witamina D: 2.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3481.05 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 132.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; suma cukrów prostych: 93.55 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-04-06		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), polędwica zind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzymbami( 2.00 porcje ) 80 g , Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ), kiełb szynkowa wp 60 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubaś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2458.73 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 50.98 g; Węglowodany ogółem: 402.89 g; Wapń: 962.14 mg; Żelazo: 13.11 mg; Potas: 5478.77 mg; Sód: 6125.16 mg; Fosfor: 1832.74 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3771.02 ug; Witamina B6: 3.64 mg; Witamina C: 148.26 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.61 g; suma cukrów prostych: 99.2 g;		
poniedziałek 2026-04-06		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 50 g ( <b>SOJ,</b> ), polędwica zind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , babka piaskowa 80 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab faszerowany mięsem drobiowym i jarzymbami 80 g , Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g ( <b>JAJ,</b> ), kiełb szynkowa wp 60 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubaś 300 ml , Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2065.64 kcal; Białko ogółem: 80.33 g; Tłuszcz: 37.9 g; Węglowodany ogółem: 367.52 g; Wapń: 272.03 mg; Żelazo: 11.76 mg; Potas: 4282.62 mg; Sód: 2630.1 mg; Fosfor: 1188.91 mg; Witamina D: 3.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3508.7 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 126.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.75 g; Błonnik pokarmowy: 36.7 g; suma cukrów prostych: 76.63 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), pasztet pieczony wieprz. 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,</b> ), Papryka konserwowa 50 g ( <b>GOR,</b> ), Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Surówka wielowarzywna. 150 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i zieloną cebulką 60 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiew biała 50 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica zind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2624.78 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 80.41 g; Węglowodany ogółem: 392.16 g; Wapń: 741.58 mg; Żelazo: 12.04 mg; Potas: 3631.53 mg; Sód: 5460.53 mg; Fosfor: 1568.8 mg; Witamina D: 3.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1387.96 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 145.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g; suma cukrów prostych: 68.77 g;		
<b>wtorek 2026-04-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), pasztet pieczony wieprz. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, SO2,</b> ), Papryka konserwowa DZ 40 g ( <b>GOR,</b> ), Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa grochowa z ziemniakami DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany w sosie koperkowym. DZ 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Surówka wielowarzywna DZ 100 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z zieloną cebulką 50 g ( <b>MLE,</b> ), rzodkiew biała 40 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica zind 30 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2154.8 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 70.27 g; Węglowodany ogółem: 311.99 g; Wapń: 778.61 mg; Żelazo: 9.26 mg; Potas: 2848.72 mg; Sód: 4956.41 mg; Fosfor: 1324.3 mg; Witamina D: .72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1043.44 ug; Witamina B6: 1.54 mg; Witamina C: 117.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; suma cukrów prostych: 62.19 g;		
<b>wtorek 2026-04-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ziemniaczana 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica zind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2288.84 kcal; Białko ogółem: 89.4 g; Tłuszcz: 61.44 g; Węglowodany ogółem: 351.64 g; Wapń: 680.02 mg; Żelazo: 10.62 mg; Potas: 3502.6 mg; Sód: 6088.94 mg; Fosfor: 1472.66 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3199.95 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 63.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; suma cukrów prostych: 66.79 g;		
<b>wtorek 2026-04-07</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b></span>		



## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-07		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Zupa ziemniaczana 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Surówka wielowarzywna. 150 g ( <b>GOR,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), T waróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połudwica zind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1957.71 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; Wapń: 583.42 mg; Żelazo: 12.33 mg; Potas: 3726.76 mg; Sód: 5960.5 mg; Fosfor: 1520.53 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2545.73 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 124.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.49 g; suma cukrów prostych: 26.45 g;			
wtorek 2026-04-07		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa ziemniaczana 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), schab gotowany w sosie koperkowym-nerkowa. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Galaretką jarska. 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połudwica zind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1883.35 kcal; Białko ogółem: 61.44 g; Tłuszcz: 48.17 g; Węglowodany ogółem: 312.55 g; Wapń: 233.21 mg; Żelazo: 10.75 mg; Potas: 3421.55 mg; Sód: 2325.65 mg; Fosfor: 985.83 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3856.39 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 117.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g; suma cukrów prostych: 21.68 g;			
wtorek 2026-04-07		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), schab gotowany w sosie koperkowym-nerkowa. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Galaretką jarska. 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połudwica zind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1877.45 kcal; Białko ogółem: 60.1 g; Tłuszcz: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; Wapń: 220.18 mg; Żelazo: 9.74 mg; Potas: 2972.38 mg; Sód: 2319.33 mg; Fosfor: 955.6 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3842.96 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 86.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.5 g; suma cukrów prostych: 51.19 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-07		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ziemniaczana 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany w sosie koperkowym.( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), T waróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2503.33 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 68.58 g; Węglowodany ogółem: 368 g; Wapń: 931.88 mg; Żelazo: 11.76 mg; Potas: 4084.99 mg; Sód: 6449.7 mg; Fosfor: 1777.09 mg; Witamina D: 4.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3270.05 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 80.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; suma cukrów prostych: 68.43 g;		
wtorek 2026-04-07		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 50 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g ( <b>GLU, ORZ,</b> ), Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kiełbasa żywiecka dr 60 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1879.73 kcal; Białko ogółem: 67.51 g; Tłuszcz: 47.56 g; Węglowodany ogółem: 302.45 g; Wapń: 174.66 mg; Żelazo: 9.89 mg; Potas: 2850.99 mg; Sód: 2542.97 mg; Fosfor: 1019.45 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3068.58 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 58.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 48.53 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), salceson 70 g ( <b>GLU, SOJ, SEL, GOR,</b> ), ogórek świeży 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kielbasa smażona w sosie chrzanowym 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), jaja 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sos majonezowy 25 ml ( <b>JAJ, MLE, GOR, SO2,</b> ), zielona cebulka 1 g , kiełb szynkowa wp 50 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2497.53 kcal; Białko ogółem: 85.47 g; Tłuszcz: 104.14 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; Wapń: 645.49 mg; Żelazo: 13.73 mg; Potas: 3493.87 mg; Sód: 7222.55 mg; Fosfor: 1318.6 mg; Witamina D: 4.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1072.55 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 78.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 g; suma cukrów prostych: 70.34 g;		
<b>środa 2026-04-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), ogórek świeży 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ryżowa DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Kielbasa smażona w sosie chrzanowym DZ 90 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), jaja 1 szt ( <b>JAJ,</b> ), Sos majonezowy DZ 20 ml ( <b>JAJ, MLE, GOR, SO2,</b> ), zielona cebulka 1 g , kiełb szynkowa wp 40 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2000.09 kcal; Białko ogółem: 67.05 g; Tłuszcz: 80.19 g; Węglowodany ogółem: 268.57 g; Wapń: 494.66 mg; Żelazo: 9.89 mg; Potas: 2906.03 mg; Sód: 5940.35 mg; Fosfor: 1079.93 mg; Witamina D: 1.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 812.04 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 69.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.8 g; Błonnik pokarmowy: 17.14 g; suma cukrów prostych: 74.59 g;		
<b>środa 2026-04-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2231.45 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 329.24 g; Wapń: 631.23 mg; Żelazo: 10.99 mg; Potas: 3701.01 mg; Sód: 6226.12 mg; Fosfor: 1339.88 mg; Witamina D: 3.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1120.45 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 88.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g; suma cukrów prostych: 70.68 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ryżowa DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony DZ. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy DZ 20 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczerek:</b> Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną DZ 50 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 30 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1821.53 kcal; Białko ogółem: 65.57 g; Tłuszcz: 54.02 g; Węglowodany ogółem: 269.98 g; Wapń: 494.6 mg; Żelazo: 8.33 mg; Potas: 2973.14 mg; Sód: 5315.01 mg; Fosfor: 1034.67 mg; Witamina D: .87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 799 ug; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 77.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; Błonnik pokarmowy: 17.46 g; suma cukrów prostych: 74.6 g;			
środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1714.25 kcal; Białko ogółem: 73.57 g; Tłuszcz: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 292.1 g; Wapń: 223.3 mg; Żelazo: 9.74 mg; Potas: 3096.93 mg; Sód: 5807.46 mg; Fosfor: 1044.77 mg; Witamina D: 2.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 870.02 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 83.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; suma cukrów prostych: 56.17 g;			
środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 60 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1718.9 kcal; Białko ogółem: 80.63 g; Tłuszcz: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 280.64 g; Wapń: 484.03 mg; Żelazo: 10.35 mg; Potas: 3601.55 mg; Sód: 5904.63 mg; Fosfor: 1241.57 mg; Witamina D: 2.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 900.15 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 99.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.7 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; suma cukrów prostych: 29.4 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.łatwo przys. węglowodanów
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1896.56 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 270.95 g; Wapń: 497.19 mg; Żelazo: 12.77 mg; Potas: 3914.09 mg; Sód: 6150.87 mg; Fosfor: 1375.1 mg; Witamina D: 3.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1041.06 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 134.33 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 17.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g; suma cukrów prostych: 30.07 g;		
środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier zjablek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2246.13 kcal; Białko ogółem: 69.42 g; Tłuszcz: 72.71 g; Węglowodany ogółem: 338.54 g; Wapń: 236.21 mg; Żelazo: 12.88 mg; Potas: 3937.2 mg; Sód: 3875.1 mg; Fosfor: 1205.1 mg; Witamina D: 3.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1743.71 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 124.14 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 19.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; suma cukrów prostych: 26.77 g;		
środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2240.23 kcal; Białko ogółem: 68.08 g; Tłuszcz: 71.37 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; Wapń: 223.18 mg; Żelazo: 11.87 mg; Potas: 3488.03 mg; Sód: 3868.78 mg; Fosfor: 1174.87 mg; Witamina D: 3.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1730.28 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 93.25 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 19.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; suma cukrów prostych: 56.28 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połówka z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Pasta z parówki i twarogu z pietruszką zieloną 60 g ( <b>SOJ, MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2467.86 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz 68.83 g; Węglowodany ogółem: 352.34 g; Wapń: 845.83 mg; Żelazo: 12.07 mg; Potas: 4323.52 mg; Sód: 6650.56 mg; Fosfor: 1712.07 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1187.94 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 104.67 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 22.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; suma cukrów prostych: 70.92 g;		
środa 2026-04-08		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połówka z ind 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Klopsik drobiowy duszony. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Sos pomidorowy 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), szynka got. wieprz. 40 g ( <b>SOJ, ORZ, GOR,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2282.97 kcal; Białko ogółem: 73.05 g; Tłuszcz 72.13 g; Węglowodany ogółem: 341.94 g; Wapń: 229.99 mg; Żelazo: 12.14 mg; Potas: 3576.89 mg; Sód: 6325.93 mg; Fosfor: 1232.9 mg; Witamina D: 3.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1746.09 ug; Witamina B6: 2.78 mg; Witamina C: 93.28 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g; suma cukrów prostych: 56.44 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 40 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa wiejska DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym DZ. 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko DZ. 120 g , Marchew gotowana DZ 100 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), <b>Podwieczerek:</b> Herbatniki petitki 25 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 30 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 30 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1958.39 kcal; Białko ogółem: 73.14 g; Tłuszcz: 53.29 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; Wapń: 528.46 mg; Żelazo: 7.39 mg; Potas: 2422.41 mg; Sód: 4897.86 mg; Fosfor: 1114.52 mg; Witamina D: .87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2387.76 ug; Witamina B6: 1.75 mg; Witamina C: 45.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.27 g; Błonnik pokarmowy: 18.24 g; suma cukrów prostych: 60.24 g;			
czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1820.49 kcal; Białko ogółem: 74.72 g; Tłuszcz: 34.15 g; Węglowodany ogółem: 307.18 g; Wapń: 224.12 mg; Żelazo: 8.61 mg; Potas: 2444.13 mg; Sód: 2013.38 mg; Fosfor: 1061.78 mg; Witamina D: 2.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2986.07 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 50.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.9 g; suma cukrów prostych: 49.59 g;			
czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 10 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1825.14 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 37.01 g; Węglowodany ogółem: 295.72 g; Wapń: 484.85 mg; Żelazo: 9.22 mg; Potas: 2948.75 mg; Sód: 2110.55 mg; Fosfor: 1258.58 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3016.2 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 66.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; suma cukrów prostych: 22.82 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni.łatwo przys. węglowodanów
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g ( <b>MLE,</b> ), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), T waróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1910.36 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; Wapń: 569.36 mg; Żelazo: 11.72 mg; Potas: 3327.12 mg; Sód: 5573.43 mg; Fosfor: 1467.11 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3131.05 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 84.85 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 15.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; suma cukrów prostych: 25.27 g;		
czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym nerkowa 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2058.38 kcal; Białko ogółem: 64.76 g; Tłuszcz: 48.6 g; Węglowodany ogółem: 349.22 g; Wapń: 225.41 mg; Żelazo: 10.95 mg; Potas: 3167.73 mg; Sód: 3324.78 mg; Fosfor: 994.57 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3499.46 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 109.69 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 12.99 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g; suma cukrów prostych: 20.47 g;		
czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym nerkowa 60 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2052.48 kcal; Białko ogółem: 63.42 g; Tłuszcz: 47.26 g; Węglowodany ogółem: 348.5 g; Wapń: 212.38 mg; Żelazo: 9.94 mg; Potas: 2718.56 mg; Sód: 3318.46 mg; Fosfor: 964.34 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3486.03 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 78.8 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 12.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; suma cukrów prostych: 49.98 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połówka sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ),	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym.( 2.00 porcje ) 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), T waróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g ( <b>MLE,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2490.42 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz 63.79 g; Węglowodany ogółem: 368.58 g; Wapń: 882.05 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 3690.32 mg; Sód: 6123.47 mg; Fosfor: 1773.62 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3305.72 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 71.36 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 22.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; suma cukrów prostych: 65.88 g;		
czwartek 2026-04-09		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), połówka sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), pomidory 50 g ,	Zupa wiejska 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ryż na sypko. 160 g , Marchew gotowana. 150 g ( <b>GLU, MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), zupa jarzynowa krem z grzankami-nerkowa. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), kielbasa żywiecka dr 40 g ( <b>SOJ,</b> ), pomidory 40 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2088.12 kcal; Białko ogółem: 71.16 g; Tłuszcz: 47.72 g; Węglowodany ogółem: 348.5 g; Wapń: 214.18 mg; Żelazo: 10.08 mg; Potas: 2857.16 mg; Sód: 3054.03 mg; Fosfor: 1050.74 mg; Witamina D: 3.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3488.19 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 78.8 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 12.96 g; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; suma cukrów prostych: 49.98 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), rogal maślany 1 szt, margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g, ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g, Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Kotlecki z jajek smażone. 150 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), Ziemniaki. 200 g, Marchew z groszkiem. 150 g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), paprykarz szczeciński 110 g, ogórek świeży 50 g, <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml, jabłka 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2522.49 kcal; Białko ogółem: 68.2 g; Tłuszcz 83.74 g; Węglowodany ogółem: 387.14 g; Wapń: 888.1 mg; Żelazo: 10.78 mg; Potas: 3656.95 mg; Sód: 4752.85 mg; Fosfor: 1360.48 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4977.03 ug; Witamina B6: 1.9 mg; Witamina C: 102.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.5 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; suma cukrów prostych: 104.79 g;		
<b>piątek 2026-04-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), rogal maślany 1 szt, dżem niskosłodzony 40 g, ser topiony 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 40 g, Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Kotlecki z jajek smażone DZ 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ), Ziemniaki DZ 190 g, Marchew z groszkiem. DZ 100 g ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), <b>Podwieczorek:</b> Ptasie mleczko DZ 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 70 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g ( <b>MLE</b> ), paprykarz szczeciński 110 g, ogórek świeży 40 g, <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml, jabłka 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2148.71 kcal; Białko ogółem: 56.46 g; Tłuszcz 61.73 g; Węglowodany ogółem: 351.73 g; Wapń: 963.6 mg; Żelazo: 7.6 mg; Potas: 3281.31 mg; Sód: 3823.58 mg; Fosfor: 1213.43 mg; Witamina D: 1.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3917.8 ug; Witamina B6: 1.6 mg; Witamina C: 91.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.17 g; suma cukrów prostych: 113.59 g;		
<b>piątek 2026-04-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna</b></span>		
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), dżem niskosłodzony 50 g, Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE</b> ), pomidory 50 g, Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ</b> ), Pulpet rybny duszony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ</b> ), Ziemniaki. 200 g, Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), sałata zielona 15 g, <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml, jabłka 200 g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2210.09 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz 42.94 g; Węglowodany ogółem: 386.75 g; Wapń: 778.79 mg; Żelazo: 9.98 mg; Potas: 3967.04 mg; Sód: 5221.92 mg; Fosfor: 1230.85 mg; Witamina D: 2.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3561.8 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 116.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.46 g; suma cukrów prostych: 109.32 g;		
<b>piątek 2026-04-10</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci</b></span>		



## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-04-10		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), T waróg z ziel. pietr. 70 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> chleb graham 30 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), kielb szynkowa wp 30 g ( <b>SOJ,</b> ), sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny duszony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE,</b> ), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb graham 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ), połudwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml ( <b>MLE,</b> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1821.53 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; Wapń: 654.27 mg; Żelazo: 13.07 mg; Potas: 4023.14 mg; Sód: 5555.73 mg; Fosfor: 1378.09 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1752.86 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 120.15 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 13.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; suma cukrów prostych: 39.91 g;			
piątek 2026-04-10		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 150 g ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny duszony-nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1710.86 kcal; Białko ogółem: 54.07 g; Tłuszcz: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 312.21 g; Wapń: 212.06 mg; Żelazo: 8.55 mg; Potas: 3018.95 mg; Sód: 1286.99 mg; Fosfor: 691.04 mg; Witamina D: 2.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1671.88 ug; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 200.02 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; suma cukrów prostych: 23.51 g;			
piątek 2026-04-10		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g ( <b>MLE,</b> ), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny duszony-nerkowa. 60 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1790.46 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz: 28.9 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; Wapń: 250.53 mg; Żelazo: 8.59 mg; Potas: 3075.28 mg; Sód: 1362.17 mg; Fosfor: 711.81 mg; Witamina D: 2.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3452.95 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 111.53 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.6 g; suma cukrów prostych: 88.27 g;			

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-04-10		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i zieloną pietruszką 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny duszony.( 2.00 porcje ) 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g ( <b>MLE,</b> ), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), jogurt truskawkowy 150 g ( <b>MLE,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 2409.27 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 47.25 g; Węglowodany ogółem: 409.53 g; Wapń: 986.82 mg; Żelazo: 10.67 mg; Potas: 4267.21 mg; Sód: 5878.07 mg; Fosfor: 1407.25 mg; Witamina D: 2.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3613.96 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 131.18 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 17.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g; suma cukrów prostych: 109.51 g;		
piątek 2026-04-10		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml ( <b>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</b> ), Pulpet rybny duszony. 80 g ( <b>GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,</b> ), Sos grecki 30 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</b> ), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ),	herbata z cukrem 200 ml ( <b>GLU, SEL, GOR,</b> ), chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ,</b> ), margaryna śniadaniowa 15 g ( <b>MLE,</b> ), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, GOR,</b> ), polędwica sop.wp 50 g ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), sałata zielona 15 g , <b>Posiłek nocny:</b> sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia kc: 1878.76 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 340.4 g; Wapń: 215.83 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 3488.51 mg; Sód: 1977.7 mg; Fosfor: 892.56 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3440.58 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 109.75 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; suma cukrów prostych: 87.09 g;		