# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), ogórek świeży 50 g , rzodkiew 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka pieczone. 2 szt (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), Sos majonezowy 25 ml (***JAJ, MLE, GOR, SO2,***), zielona cebulka 1 g , kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), rukola 10 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2476.03 kcal; Białko ogółem: 129.88 g; Tłuszcz: 99.13 g; Węglowodany ogółem: 273.06 g; Wapń: 913.81 mg; Żelazo: 11.48 mg; Potas: 4658.55 mg; Sód: 3315.6 mg; Fosfor: 1947.24 mg; Witamina D: 4.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1000.12 ug; Witamina B6: 3.15 mg; Witamina C: 152.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.31 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; suma cukrów prostych: 40.62 g; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), ogórek świeży 40 g , rzodkiew 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (***MLE,***), | Rosół z makaronem DZ 200 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka pieczone DZ. 2 szt (***GLU,***), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 150 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), Sos majonezowy DZ 20 ml (***JAJ, MLE, GOR, SO2,***), zielona cebulka 1 g , kiełb szynkowa wp 40 g (***SOJ,***), rukola 10 g , pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1983.3 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 76.41 g; Węglowodany ogółem: 230.18 g; Wapń: 729.13 mg; Żelazo: 9.3 mg; Potas: 3795.19 mg; Sód: 2308.31 mg; Fosfor: 1522.01 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 885.84 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 140.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.91 g; Błonnik pokarmowy: 19.13 g; suma cukrów prostych: 37.47 g; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2300.28 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 82.85 g; Węglowodany ogółem: 274.71 g; Wapń: 897.82 mg; Żelazo: 11.87 mg; Potas: 4726.17 mg; Sód: 2736.96 mg; Fosfor: 1817.66 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1079.8 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 110.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.87 g; suma cukrów prostych: 49.21 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (***MLE,***), | Rosół z makaronem DZ 200 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane DZ. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 150 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr.DZ 50 g (***MLE,***), pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2023.94 kcal; Białko ogółem: 108.67 g; Tłuszcz: 76.77 g; Węglowodany ogółem: 232.33 g; Wapń: 720.94 mg; Żelazo: 10.01 mg; Potas: 4120.41 mg; Sód: 1914.2 mg; Fosfor: 1586.76 mg; Witamina D: 2.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 916.44 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 111.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.43 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; suma cukrów prostych: 44.07 g; | | |

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1937.76 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 236.69 g; Wapń: 515.26 mg; Żelazo: 11.35 mg; Potas: 4192.58 mg; Sód: 2605.65 mg; Fosfor: 1559.51 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 942.03 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 106.34 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 17.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.15 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; | | |

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>KIWI 1 szt , | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1981.16 kcal; Białko ogółem: 113.26 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 246.49 g; Wapń: 515.5 mg; Żelazo: 11.37 mg; Potas: 4514.26 mg; Sód: 2605.75 mg; Fosfor: 1560.17 mg; Witamina D: 3.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 942.32 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 200.01 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.3 g; suma cukrów prostych: 30.49 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>KIWI 1 szt , | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1967.39 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 74.13 g; Węglowodany ogółem: 225.26 g; Wapń: 494.13 mg; Żelazo: 11.43 mg; Potas: 4519.84 mg; Sód: 2487.34 mg; Fosfor: 1658.73 mg; Witamina D: 3.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1006.63 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 279.66 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 18.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.81 g; suma cukrów prostych: 21.86 g; | | |

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane- nerkowa. 1 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Galaretka jarska. 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1750.46 kcal; Białko ogółem: 65.77 g; Tłuszcz: 44.47 g; Węglowodany ogółem: 279.94 g; Wapń: 240.65 mg; Żelazo: 11.13 mg; Potas: 3782.57 mg; Sód: 2400.08 mg; Fosfor: 908.89 mg; Witamina D: 2.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1640.8 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 221.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.69 g; suma cukrów prostych: 28.38 g; | | |

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane- nerkowa. 1 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Galaretka jarska. 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1675.81 kcal; Białko ogółem: 65.02 g; Tłuszcz: 43.71 g; Węglowodany ogółem: 261.96 g; Wapń: 233.11 mg; Żelazo: 10.56 mg; Potas: 3528.34 mg; Sód: 2396.33 mg; Fosfor: 891.8 mg; Witamina D: 2.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1633.21 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 204.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.89 g; suma cukrów prostych: 27.49 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2391.78 kcal; Białko ogółem: 127.58 g; Tłuszcz: 85.1 g; Węglowodany ogółem: 286.56 g; Wapń: 1098.82 mg; Żelazo: 12.17 mg; Potas: 4994.67 mg; Sód: 2807.46 mg; Fosfor: 1963.16 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1108.3 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 125.35 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 24.87 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; suma cukrów prostych: 49.21 g; | | |

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem op. 25 g 2 szt (***GLU, OZ, ORZ, SO2,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Rosół z makaronem bezglutenowym. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Galaretka jarska. 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2327.53 kcal; Białko ogółem: 99.9 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węglowodany ogółem: 328.95 g; Wapń: 492.84 mg; Żelazo: 10.11 mg; Potas: 4080.63 mg; Sód: 1495.15 mg; Fosfor: 1270.53 mg; Witamina D: 4.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1883.03 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 132.37 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 18.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.07 g; suma cukrów prostych: 34.56 g; | | |

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 2 szt (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Galaretka jarska. 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1973.94 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 66.32 g; Węglowodany ogółem: 252.29 g; Wapń: 261.09 mg; Żelazo: 12.59 mg; Potas: 4400.69 mg; Sód: 2581.11 mg; Fosfor: 1337.21 mg; Witamina D: 3.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1744.22 ug; Witamina B6: 2.97 mg; Witamina C: 143.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; suma cukrów prostych: 32.18 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-11 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. zieloną cebulką 50 g (***MLE,***), ogórek świeży 50 g , rzodkiew 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Rosół z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Naleśniki z dżemem. 200 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SO2,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), Sos majonezowy 25 ml (***JAJ, MLE, GOR, SO2,***), zielona cebulka 1 g , sałata zielona 15 g , rukola 10 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2035.33 kcal; Białko ogółem: 66.95 g; Tłuszcz: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 293.4 g; Wapń: 967.32 mg; Żelazo: 8.21 mg; Potas: 2294.66 mg; Sód: 2178.67 mg; Fosfor: 1197.98 mg; Witamina D: 3.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1046.56 ug; Witamina B6: .97 mg; Witamina C: 71.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.99 g; Błonnik pokarmowy: 18.53 g; suma cukrów prostych: 73.3 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 50 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), chleb graham 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa fasolowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), pasta z tuńczykiem. 60 g (***SKO, JAJ, RYB, SOJ, MLE,***), ogórek świeży 50 g , rzodkiew 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>Banan 150 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2307.76 kcal; Białko ogółem: 111.9 g; Tłuszcz: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 346.7 g; Wapń: 1406.36 mg; Żelazo: 14.35 mg; Potas: 5639.78 mg; Sód: 3329.54 mg; Fosfor: 1978.84 mg; Witamina D: 75.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1870.38 ug; Witamina B6: 3.04 mg; Witamina C: 142.57 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 20.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; suma cukrów prostych: 71.72 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy DZ 60 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Galaretka owocowa DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), pasta z tuńczykiem DZ. 50 g (***SKO, JAJ, RYB, SOJ, MLE,***), ogórek świeży 40 g , rzodkiew 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>Banan 120 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1871.8 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 50.99 g; Węglowodany ogółem: 272.9 g; Wapń: 1243.49 mg; Żelazo: 10.75 mg; Potas: 4603.56 mg; Sód: 2888.98 mg; Fosfor: 1665.38 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1773.09 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 120.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; suma cukrów prostych: 63.12 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2170.73 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 55.68 g; Węglowodany ogółem: 319.79 g; Wapń: 1372.17 mg; Żelazo: 11.08 mg; Potas: 5178.28 mg; Sód: 2863.24 mg; Fosfor: 1854.48 mg; Witamina D: 3.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4188.71 ug; Witamina B6: 3.16 mg; Witamina C: 126.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.6 g; Błonnik pokarmowy: 31.53 g; suma cukrów prostych: 64.21 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy DZ 60 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), **Podwieczorek:** Galaretka owocowa DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. DZ 80 g (***JAJ, MLE, SEL,***), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g , **Posiłek nocny:** jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1767.85 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 47.66 g; Węglowodany ogółem: 257.63 g; Wapń: 1214.22 mg; Żelazo: 8.78 mg; Potas: 4355.33 mg; Sód: 2365 mg; Fosfor: 1538.23 mg; Witamina D: 1.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3222.16 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 110.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.1 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; suma cukrów prostych: 57.34 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , **Posiłek nocny:** Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1534.29 kcal; Białko ogółem: 76.81 g; Tłuszcz: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 247.23 g; Wapń: 485.24 mg; Żelazo: 8.73 mg; Potas: 3512.2 mg; Sód: 2485.27 mg; Fosfor: 1114.87 mg; Witamina D: 2.15 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3287.1 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 92.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; suma cukrów prostych: 30.18 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , **II Śniadanie:** chleb pszenny- żytni 30 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), ser żółty twardy 30 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), pomarańcze 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , **Posiłek nocny:** Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1733.94 kcal; Białko ogółem: 86.86 g; Tłuszcz: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 270.72 g; Wapń: 755.72 mg; Żelazo: 9.79 mg; Potas: 3782.31 mg; Sód: 2785.3 mg; Fosfor: 1307.28 mg; Witamina D: 2.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3401.25 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 147 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.36 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; suma cukrów prostych: 29.89 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb graham 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), ser żółty twardy 30 g (***MLE,***), ogórek świeży 30 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***), Fasolka szparagowa z wody 80 g (***OZ, SOJ,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), pomarańcze 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1867.43 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 48.84 g; Węglowodany ogółem: 273.72 g; Wapń: 904.81 mg; Żelazo: 13.76 mg; Potas: 4595.43 mg; Sód: 2838.45 mg; Fosfor: 1672.6 mg; Witamina D: 3.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2485.97 ug; Witamina B6: 3.34 mg; Witamina C: 211.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.34 g; Błonnik pokarmowy: 43.78 g; suma cukrów prostych: 35.06 g; | | |

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada dr. zoczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (***SEL,***), sałata zielona 15 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1768.83 kcal; Białko ogółem: 54.46 g; Tłuszcz: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 326.87 g; Wapń: 221.42 mg; Żelazo: 9.14 mg; Potas: 3452.93 mg; Sód: 2356.3 mg; Fosfor: 817.3 mg; Witamina D: 2.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3710.68 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 202.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.74 g; suma cukrów prostych: 27.07 g; | | |

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada dr. zoczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (***SEL,***), sałata zielona 15 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1621.18 kcal; Białko ogółem: 53.12 g; Tłuszcz: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; Wapń: 208.04 mg; Żelazo: 8.13 mg; Potas: 3003.06 mg; Sód: 2349.63 mg; Fosfor: 787.07 mg; Witamina D: 2.27 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3697.25 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 171.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; suma cukrów prostych: 21.65 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona .( 2.00 porcje ) 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , **Posiłek nocny:** jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2391.54 kcal; Białko ogółem: 130.23 g; Tłuszcz: 60.5 g; Węglowodany ogółem: 338.65 g; Wapń: 1571.14 mg; Żelazo: 12.59 mg; Potas: 5776.13 mg; Sód: 3032.61 mg; Fosfor: 2208.51 mg; Witamina D: 3.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4244.91 ug; Witamina B6: 3.59 mg; Witamina C: 141.21 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 23.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; suma cukrów prostych: 63.84 g; | | |

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), potrawka dr. got.- bezgl. 130 g (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (***JAJ, SEL,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1750.31 kcal; Białko ogółem: 70.93 g; Tłuszcz: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; Wapń: 171.91 mg; Żelazo: 6.43 mg; Potas: 3393.66 mg; Sód: 1217.06 mg; Fosfor: 834.34 mg; Witamina D: 3.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3556.23 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 189.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; suma cukrów prostych: 20.08 g; | | |

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , **Posiłek nocny:** sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1610.29 kcal; Białko ogółem: 69.6 g; Tłuszcz: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 264.09 g; Wapń: 201.64 mg; Żelazo: 8.57 mg; Potas: 3178.6 mg; Sód: 2395.07 mg; Fosfor: 911.37 mg; Witamina D: 2.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3334 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 165.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; suma cukrów prostych: 20.75 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-12 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), ser topiony 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Krokiety z kapustą świeżą. 250 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), sałata zielona 15 g , ogórek świeży 50 g , **Posiłek nocny:** jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2175.48 kcal; Białko ogółem: 75.8 g; Tłuszcz: 74.52 g; Węglowodany ogółem: 306.55 g; Wapń: 1671.53 mg; Żelazo: 9.07 mg; Potas: 3748.86 mg; Sód: 2839.89 mg; Fosfor: 1723.75 mg; Witamina D: 2.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3603.9 ug; Witamina B6: 1.61 mg; Witamina C: 151.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.1 g; Błonnik pokarmowy: 29.7 g; suma cukrów prostych: 64.2 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka kons. baton 50 g (***GLU, SOJ, GOR,***), rzodkiew 50 g , sałata lodowa 20 g , Makaron zacierka na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z pieczarkami. 80 g (***GLU,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1913.75 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 49.08 g; Węglowodany ogółem: 285.74 g; Wapń: 871.57 mg; Żelazo: 9.92 mg; Potas: 3959.33 mg; Sód: 2971.32 mg; Fosfor: 1442.65 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 853.2 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 103.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), szynka kons. baton 40 g (***GLU, SOJ, GOR,***), rzodkiew 40 g , sałata lodowa 15 g , Makaron zacierka na mleku w proszku DZ. 200 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Zupa ryżowa DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z pieczarkami.DZ 60 g (***GLU,***), Sos pomidorowy DZ 20 ml (***GLU,***), Ziemniaki DZ 190 g , Ćwikła DZ 100 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>biszkopty 20 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel pietr.PN 40 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1617.26 kcal; Białko ogółem: 74.02 g; Tłuszcz: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 244.38 g; Wapń: 762.93 mg; Żelazo: 8.68 mg; Potas: 3426.2 mg; Sód: 2496.65 mg; Fosfor: 1189.88 mg; Witamina D: 1.71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 635.61 ug; Witamina B6: 1.82 mg; Witamina C: 90.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; suma cukrów prostych: 50.32 g; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , Makaron zacierka na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1984.62 kcal; Białko ogółem: 96.13 g; Tłuszcz: 48.84 g; Węglowodany ogółem: 295.88 g; Wapń: 866.67 mg; Żelazo: 9.84 mg; Potas: 4019.86 mg; Sód: 3180.85 mg; Fosfor: 1457.61 mg; Witamina D: 2.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 941.6 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 102.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.23 g; Błonnik pokarmowy: 22.48 g; suma cukrów prostych: 48.23 g; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 40 g (***SOJ,***), pomidory 40 g , sałata lodowa 15 g , Makaron zacierka na mleku w proszku DZ. 200 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Zupa ryżowa DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony DZ. 60 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy DZ 20 ml (***GLU,***), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), **Podwieczorek:** biszkopty 20 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel pietr.PN 40 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 40 g , **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1666.68 kcal; Białko ogółem: 78.12 g; Tłuszcz: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 247.54 g; Wapń: 741.14 mg; Żelazo: 7.86 mg; Potas: 3332.96 mg; Sód: 2630.19 mg; Fosfor: 1201.43 mg; Witamina D: .93 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 699.73 ug; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 86.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.21 g; Błonnik pokarmowy: 18.42 g; suma cukrów prostych: 48.93 g; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1540.9 kcal; Białko ogółem: 81.52 g; Tłuszcz: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 251.16 g; Wapń: 454.21 mg; Żelazo: 9.49 mg; Potas: 3480.02 mg; Sód: 3035.94 mg; Fosfor: 1160.51 mg; Witamina D: 2.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 790.18 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 98.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , **II Śniadanie:** chleb pszenny- żytni 30 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), schab gotowany II śniadanie. 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), KIWI 1 szt , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1715.33 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 276.84 g; Wapń: 467.87 mg; Żelazo: 10.37 mg; Potas: 4016.58 mg; Sód: 3190.74 mg; Fosfor: 1277.19 mg; Witamina D: 2.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 812.07 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 193.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; suma cukrów prostych: 28.64 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb graham 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), schab gotowany II śniadanie. 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), KIWI 1 szt , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1753.07 kcal; Białko ogółem: 92.96 g; Tłuszcz: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 258.69 g; Wapń: 498.82 mg; Żelazo: 12.77 mg; Potas: 4337.7 mg; Sód: 3177.04 mg; Fosfor: 1483.05 mg; Witamina D: 2.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 889.47 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 228 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.61 g; suma cukrów prostych: 29.97 g; | | |

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>jabłka 200 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok bobofrut b/c 300 ml , owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2001.17 kcal; Białko ogółem: 62.42 g; Tłuszcz: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 349.96 g; Wapń: 163.97 mg; Żelazo: 9.7 mg; Potas: 3165.56 mg; Sód: 2418.8 mg; Fosfor: 789.64 mg; Witamina D: 3.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 823.43 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 224.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.77 g; suma cukrów prostych: 22.82 g; | | |

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Makaron z jabłkami. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), sok kubuś 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1903.72 kcal; Białko ogółem: 61.64 g; Tłuszcz: 40.26 g; Węglowodany ogółem: 336.68 g; Wapń: 208.2 mg; Żelazo: 10.53 mg; Potas: 3610.42 mg; Sód: 2499.46 mg; Fosfor: 832.67 mg; Witamina D: 2.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2616.56 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 118.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g; suma cukrów prostych: 49.83 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , Makaron zacierka na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony.( 2.00 porcje ) 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2221.95 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 53.27 g; Węglowodany ogółem: 319.19 g; Wapń: 1080.68 mg; Żelazo: 10.91 mg; Potas: 4643.72 mg; Sód: 3365.54 mg; Fosfor: 1829.54 mg; Witamina D: 2.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1007.79 ug; Witamina B6: 2.89 mg; Witamina C: 119.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g; suma cukrów prostych: 48.54 g; | | |

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), bitki drobiowe w sosie pomidorowym bezglutenowa. 100 g (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg zjog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1556.67 kcal; Białko ogółem: 55.77 g; Tłuszcz: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 255.59 g; Wapń: 197.33 mg; Żelazo: 6.44 mg; Potas: 2628.58 mg; Sód: 1068.65 mg; Fosfor: 687.78 mg; Witamina D: 2.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1034.63 ug; Witamina B6: 1.67 mg; Witamina C: 171.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.88 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g; suma cukrów prostych: 23.55 g; | | |

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełb szynkowa wp 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 60 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1642.33 kcal; Białko ogółem: 68.06 g; Tłuszcz: 35.7 g; Węglowodany ogółem: 275.66 g; Wapń: 195.83 mg; Żelazo: 10.1 mg; Potas: 3595.96 mg; Sód: 3015.22 mg; Fosfor: 908.8 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2606.81 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 106.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g; suma cukrów prostych: 41.06 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-13 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g , Makaron zacierka na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kluski śląskie. 250 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), Makaron z jabłkami. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2232 kcal; Białko ogółem: 71.07 g; Tłuszcz: 58.93 g; Węglowodany ogółem: 357.36 g; Wapń: 855.57 mg; Żelazo: 8.71 mg; Potas: 3181.48 mg; Sód: 2071.54 mg; Fosfor: 1233.84 mg; Witamina D: 3.21 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1158.26 ug; Witamina B6: 1.61 mg; Witamina C: 95.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.23 g; suma cukrów prostych: 48.12 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Papryka konserwowa 50 g (***GOR,***), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), kasza gryczana na sypko. 160 g (***GLU, OZ,***), Surówka wielowarzywna. 150 g (***SEL, GOR,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mandarynki 100 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną cebulką 60 g (***MLE,***), rzodkiew 50 g , ogórek świeży 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2325.15 kcal; Białko ogółem: 104.06 g; Tłuszcz: 65.89 g; Węglowodany ogółem: 341.07 g; Wapń: 776.34 mg; Żelazo: 13.89 mg; Potas: 4175.12 mg; Sód: 3209 mg; Fosfor: 1897.06 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1351.05 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 166.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; suma cukrów prostych: 36.05 g; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Papryka konserwowa DZ 40 g (***GOR,***), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grochowa z ziemniakami DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ 80 g (***GLU, MLE,***), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g (***GLU, OZ,***), Surówka wielowarzywna DZ 100 g (***SEL, GOR,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mandarynki 80 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. zieloną cebulką 50 g (***MLE,***), rzodkiew 50 g , ogórek świeży 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 60 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 30 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1875.69 kcal; Białko ogółem: 85.3 g; Tłuszcz: 57.7 g; Węglowodany ogółem: 263 g; Wapń: 810.04 mg; Żelazo: 10.81 mg; Potas: 3375.92 mg; Sód: 2718.12 mg; Fosfor: 1592.94 mg; Witamina D: .8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1021.31 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 138.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.1 g; suma cukrów prostych: 29.74 g; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel. koperkiem 50 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2324.6 kcal; Białko ogółem: 93.8 g; Tłuszcz: 64.85 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; Wapń: 682.38 mg; Żelazo: 11.62 mg; Potas: 4275.05 mg; Sód: 3472.81 mg; Fosfor: 1574.75 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3148.61 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 83.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; suma cukrów prostych: 48.19 g; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ 80 g (***GLU, MLE,***), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana DZ 100 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Banan 120 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel kop. PN 40 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 60 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 30 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1872.58 kcal; Białko ogółem: 76.8 g; Tłuszcz: 56.8 g; Węglowodany ogółem: 271.43 g; Wapń: 738.59 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 3451.93 mg; Sód: 2924.92 mg; Fosfor: 1345.32 mg; Witamina D: 1.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2338.49 ug; Witamina B6: 1.87 mg; Witamina C: 77.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; suma cukrów prostych: 39.19 g; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (***GLU,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1886.13 kcal; Białko ogółem: 79.3 g; Tłuszcz: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 318.09 g; Wapń: 220.21 mg; Żelazo: 10.24 mg; Potas: 3597.92 mg; Sód: 3310.09 mg; Fosfor: 1143.45 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2952.19 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 78.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g; suma cukrów prostych: 31.47 g; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***),<br>**II Śniadanie:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (***GLU,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mandarynki 100 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1802.78 kcal; Białko ogółem: 84.73 g; Tłuszcz: 34.23 g; Węglowodany ogółem: 297.04 g; Wapń: 488.95 mg; Żelazo: 10.03 mg; Potas: 3456.85 mg; Sód: 3403.94 mg; Fosfor: 1310.61 mg; Witamina D: 2.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2976.48 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 90.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; suma cukrów prostych: 23.02 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***),<br>**II Śniadanie:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Surówka wielowarzywna. 150 g (***SEL, GOR,***), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mandarynki 100 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel. koperkiem 50 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1946.77 kcal; Białko ogółem: 84.32 g; Tłuszcz: 56.14 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; Wapń: 594.96 mg; Żelazo: 12.08 mg; Potas: 3823.27 mg; Sód: 3443.57 mg; Fosfor: 1535.37 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2522.18 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 140.65 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 14.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.2 g; suma cukrów prostych: 26.15 g; | | |

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***),<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (***GLU,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Galaretka jarska. 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1986.15 kcal; Białko ogółem: 66.19 g; Tłuszcz: 52.1 g; Węglowodany ogółem: 325.96 g; Wapń: 224.41 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3578.25 mg; Sód: 2994.4 mg; Fosfor: 1001.46 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3818.86 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 123.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; suma cukrów prostych: 21.33 g; | | |

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (***GLU,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Galaretka jarska. 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1911.5 kcal; Białko ogółem: 65.44 g; Tłuszcz: 51.34 g; Węglowodany ogółem: 307.97 g; Wapń: 216.87 mg; Żelazo: 10.17 mg; Potas: 3324.02 mg; Sód: 2990.65 mg; Fosfor: 984.37 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3811.27 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 105.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.87 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; suma cukrów prostych: 20.43 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym.( 2.00 porcje ) 100 g (***GLU, MLE,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel. koperkiem 50 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2541.3 kcal; Białko ogółem: 114.87 g; Tłuszcz: 72.35 g; Węglowodany ogółem: 368.07 g; Wapń: 933.18 mg; Żelazo: 12.74 mg; Potas: 4853.4 mg; Sód: 3593.57 mg; Fosfor: 1878.35 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3200.98 ug; Witamina B6: 2.93 mg; Witamina C: 100.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.1 g; Błonnik pokarmowy: 31.93 g; suma cukrów prostych: 49.77 g; | | |

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), ser żółty twardy 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), | Zupa ziemniaczana bezglutenowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), schab gotowany w sosie koperkowym bezglutenowa. 100 g (***MLE,***), kasza gryczana na sypko. 160 g (***GLU, OZ,***), Marchew gotowana-bezglutenowa. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg zjog. nat. i ziel. koperkiem 50 g (***MLE,***), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1997.47 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 57.33 g; Węglowodany ogółem: 291.58 g; Wapń: 880.56 mg; Żelazo: 7.22 mg; Potas: 3747.52 mg; Sód: 1450.59 mg; Fosfor: 1436.71 mg; Witamina D: 2.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3021.26 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 93.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; suma cukrów prostych: 44.05 g; | | |

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), | Zupa ziemniaczana 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (***GLU,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 60 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1986.29 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 51.93 g; Węglowodany ogółem: 316.17 g; Wapń: 174.52 mg; Żelazo: 10.48 mg; Potas: 3599.49 mg; Sód: 3488.94 mg; Fosfor: 1065.08 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3043.05 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 78.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g; suma cukrów prostych: 29.9 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| środa 2026-10-14 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), ser topiony 50 g (***MLE,***), Papryka konserwowa 50 g (***GOR,***), sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grochowa z ziemniakami 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ryż z jabłkami. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną cebulką 60 g (***MLE,***), rzodkiew 50 g , ogórek świeży 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2262.73 kcal; Białko ogółem: 74.73 g; Tłuszcz: 57.44 g; Węglowodany ogółem: 371.12 g; Wapń: 1009.77 mg; Żelazo: 11.23 mg; Potas: 4019.82 mg; Sód: 2516.14 mg; Fosfor: 1692.23 mg; Witamina D: 2.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 986.01 ug; Witamina B6: 1.57 mg; Witamina C: 144.07 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 24.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.37 g; suma cukrów prostych: 63.02 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 50 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), chleb graham 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , rukola 10 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pieczeń rzymska pieczona. 80 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pietruszkowy. 30 ml (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko. 160 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g (***JAJ, MLE,***), ogórek świeży 50 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2368.24 kcal; Białko ogółem: 92.95 g; Tłuszcz: 69.55 g; Węglowodany ogółem: 347.44 g; Wapń: 1124.46 mg; Żelazo: 11.52 mg; Potas: 4005.72 mg; Sód: 3440.61 mg; Fosfor: 1622.39 mg; Witamina D: 4.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3233.25 ug; Witamina B6: 2.09 mg; Witamina C: 85.65 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 22.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; suma cukrów prostych: 56.26 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , rukola 10 g , | Zupa wiejska DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pieczeń rzymska pieczona. DZ 60 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos pietruszkowy.DZ 20 ml (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko DZ. 120 g , Surówka z marchwi i chrzanu DZ 100 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 120 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>Drożdżówka z serem 1 szt (***GLU, JAJ, OZ, MLE, SEL,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną DZ 50 g (***JAJ, MLE,***), ogórek świeży 40 g , pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 60 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 30 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2347.44 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 71.01 g; Węglowodany ogółem: 339.49 g; Wapń: 1274.57 mg; Żelazo: 8.71 mg; Potas: 3279.31 mg; Sód: 2988.74 mg; Fosfor: 1468.71 mg; Witamina D: 1.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2345.66 ug; Witamina B6: 1.62 mg; Witamina C: 72.03 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.2 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2231.37 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 58.14 g; Węglowodany ogółem: 332.09 g; Wapń: 935.22 mg; Żelazo: 9.77 mg; Potas: 3933.24 mg; Sód: 3168.5 mg; Fosfor: 1600.51 mg; Witamina D: 3.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1096.96 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 102.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.85 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; suma cukrów prostych: 54.56 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz. w sosie pietruszkowym DZ. 80 g (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko DZ. 120 g , Sałatka z pomidora z jog. nat. DZ. 80 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 120 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>Drożdżówka z serem 1 szt (***GLU, JAJ, OZ, MLE, SEL,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (***MLE,***), pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 60 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 30 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2121.96 kcal; Białko ogółem: 86.87 g; Tłuszcz: 54.46 g; Węglowodany ogółem: 322.2 g; Wapń: 864 mg; Żelazo: 7.65 mg; Potas: 3256.69 mg; Sód: 2589.92 mg; Fosfor: 1338.05 mg; Witamina D: .84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 928.87 ug; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 83.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g; suma cukrów prostych: 48.75 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (***GLU,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1922.7 kcal; Białko ogółem: 84.94 g; Tłuszcz: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 314.54 g; Wapń: 460.26 mg; Żelazo: 9.35 mg; Potas: 3308.57 mg; Sód: 2996.41 mg; Fosfor: 1258.08 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 898.14 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 98.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.66 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; suma cukrów prostych: 37.23 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), KIWI 1 szt , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1895.7 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 37.9 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; Wapń: 460.84 mg; Żelazo: 9.21 mg; Potas: 3237.49 mg; Sód: 2999.28 mg; Fosfor: 1244.38 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 893.97 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 191.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.6 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; suma cukrów prostych: 20.55 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko. 160 g , Surówka zmarchwi i chrzanu. 150 g (***MLE,***), Fasolka szparagowa z wody 80 g (***OZ, SOJ,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), KIWI 1 szt , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg zkoncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1972.71 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 49.5 g; Węglowodany ogółem: 302.59 g; Wapń: 603.34 mg; Żelazo: 11.8 mg; Potas: 3691.63 mg; Sód: 3095.75 mg; Fosfor: 1489.82 mg; Witamina D: 3.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3142.9 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 187.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.76 g; suma cukrów prostych: 26.05 g; | | |

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz. w sosie pietruszkowym nerkowa 70 g (***GLU,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier zjabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2025.59 kcal; Białko ogółem: 67.85 g; Tłuszcz: 43.48 g; Węglowodany ogółem: 347.25 g; Wapń: 209.88 mg; Żelazo: 10.88 mg; Potas: 3145.1 mg; Sód: 3185.81 mg; Fosfor: 985.69 mg; Witamina D: 3.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1318.4 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 142.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.38 g; suma cukrów prostych: 18.5 g; | | |

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz. w sosie pietruszkowym nerkowa 70 g (***GLU,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1877.94 kcal; Białko ogółem: 66.51 g; Tłuszcz: 42.14 g; Węglowodany ogółem: 311.6 g; Wapń: 196.5 mg; Żelazo: 9.87 mg; Potas: 2695.23 mg; Sód: 3179.14 mg; Fosfor: 955.46 mg; Witamina D: 3.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1304.97 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 111.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.66 g; suma cukrów prostych: 13.08 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym.( 2.00 porcje ) 100 g (***GLU, MLE,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2348.9 kcal; Białko ogółem: 114.5 g; Tłuszcz: 61.45 g; Węglowodany ogółem: 337.21 g; Wapń: 907.46 mg; Żelazo: 10.55 mg; Potas: 4265.74 mg; Sód: 3195.56 mg; Fosfor: 1772.22 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1153.92 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 124.96 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 18.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; suma cukrów prostych: 46.67 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), miód naturalny 80 g , jaja 1 szt (***JAJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska bezgl. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr. dusz. w sosie pietruszkowym bezg. 100 g (***MLE,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1939.22 kcal; Białko ogółem: 63.41 g; Tłuszcz: 39.77 g; Węglowodany ogółem: 333.65 g; Wapń: 519.26 mg; Żelazo: 7.71 mg; Potas: 3095.06 mg; Sód: 1559.96 mg; Fosfor: 1044.98 mg; Witamina D: 2.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1024.97 ug; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 188.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; suma cukrów prostych: 44.5 g; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (***GLU,***), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), sok kubuś 300 ml , Banan 150 g , | chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2202.31 kcal; Białko ogółem: 76.67 g; Tłuszcz: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 382.91 g; Wapń: 228.48 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 3873.23 mg; Sód: 3281.46 mg; Fosfor: 1100.33 mg; Witamina D: 3.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3108.13 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 136.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.54 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; suma cukrów prostych: 46.46 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| czwartek 2026-10-15 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), miód naturalny 80 g , pomidory 50 g , rukola 10 g , | Zupa wiejska 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Krokiety z kapustą kiszoną. 250 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 150 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z sera żółtego i jajka z cebulką zieloną 60 g (***JAJ, MLE,***), ogórek świeży 50 g , pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2294.99 kcal; Białko ogółem: 63.34 g; Tłuszcz: 57.03 g; Węglowodany ogółem: 385.78 g; Wapń: 1166.7 mg; Żelazo: 9.83 mg; Potas: 3740.24 mg; Sód: 2606.05 mg; Fosfor: 1244.93 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3123.42 ug; Witamina B6: 1.52 mg; Witamina C: 182.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.16 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; suma cukrów prostych: 62.5 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), ser żółty twardy 50 g (***MLE,***), rzodkiew 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Zupa pieczarkowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony. 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (***SKO, RYB, SOJ, MLE,***), pomidory 50 g , ogórek świeży 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), mandarynki 100 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2071.35 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 55.04 g; Węglowodany ogółem: 304.12 g; Wapń: 1343 mg; Żelazo: 9.44 mg; Potas: 4038.26 mg; Sód: 2642.21 mg; Fosfor: 1645.73 mg; Witamina D: 48.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1321.09 ug; Witamina B6: 1.95 mg; Witamina C: 136.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.98 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; suma cukrów prostych: 53.57 g; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 40 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), ser żółty twardy 40 g (***MLE,***), rzodkiew 40 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (***MLE,***), | Zupa pieczarkowa z makaronem DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony DZ 60 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki DZ 20 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z selera i jabłka DZ. 100 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (***SKO, RYB, SOJ, MLE,***), pomidory 40 g , ogórek świeży 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), mandarynki 80 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1723.49 kcal; Białko ogółem: 78.47 g; Tłuszcz: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 255.27 g; Wapń: 1097.1 mg; Żelazo: 7.5 mg; Potas: 3329.69 mg; Sód: 2184.15 mg; Fosfor: 1327.45 mg; Witamina D: 39.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 996.22 ug; Witamina B6: 1.53 mg; Witamina C: 119.77 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.81 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; suma cukrów prostych: 56.07 g; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony. 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), Banan 150 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2098.53 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 43.17 g; Węglowodany ogółem: 353.93 g; Wapń: 969.46 mg; Żelazo: 10.78 mg; Potas: 4708.13 mg; Sód: 2762.12 mg; Fosfor: 1441.52 mg; Witamina D: 2.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1806.72 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 161.18 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 16.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; suma cukrów prostych: 75.79 g; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 40 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), Twaróg z jog. nat. i ziel pietr.PN 40 g (***MLE,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (***MLE,***), | Zupa jarzynowa z makaronem DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony DZ 60 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki DZ 20 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. DZ 80 g (***JAJ, MLE, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), pomidory 40 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), Banan 120 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1737.42 kcal; Białko ogółem: 66.25 g; Tłuszcz: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 293.38 g; Wapń: 785.04 mg; Żelazo: 8.47 mg; Potas: 3801.12 mg; Sód: 2263.87 mg; Fosfor: 1142.48 mg; Witamina D: .95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1415.84 ug; Witamina B6: 1.9 mg; Witamina C: 135.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; suma cukrów prostych: 72.4 g; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony. 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (***JAJ, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), Banan 150 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1803.21 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 309.1 g; Wapń: 524.67 mg; Żelazo: 10.72 mg; Potas: 4366.63 mg; Sód: 2585.89 mg; Fosfor: 1218.02 mg; Witamina D: 2.25 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1655.8 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 156.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.63 g; suma cukrów prostych: 54.86 g; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb pszenny- żytni 30 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), ser żółty twardy 30 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony. 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (***JAJ, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), mandarynki 100 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1832.35 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 39.25 g; Węglowodany ogółem: 288.85 g; Wapń: 838.33 mg; Żelazo: 11.13 mg; Potas: 4198.04 mg; Sód: 2912.85 mg; Fosfor: 1422.33 mg; Witamina D: 2.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1752.77 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 162.59 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 12.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; suma cukrów prostych: 31.61 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat.i ziel. pietr. 70 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb graham 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), ser żółty twardy 30 g (***MLE,***), ogórek świeży 30 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony. 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g (***MLE, SEL,***), Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), mandarynki 100 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1790.58 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 280.34 g; Wapń: 938.38 mg; Żelazo: 13.13 mg; Potas: 4431.05 mg; Sód: 2975.51 mg; Fosfor: 1584.84 mg; Witamina D: 2.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2434.83 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 178.27 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 15.93 g; Błonnik pokarmowy: 44.83 g; suma cukrów prostych: 40.57 g; | | |

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (***JAJ, SEL,***), sałata lodowa 20 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1823.43 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 321.4 g; Wapń: 316.31 mg; Żelazo: 10.15 mg; Potas: 3913.58 mg; Sód: 2038.66 mg; Fosfor: 963.9 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1704.28 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 241.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.5 g; Błonnik pokarmowy: 40.87 g; suma cukrów prostych: 28.63 g; | | |

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (***JAJ, SEL,***), sałata lodowa 20 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1728.59 kcal; Białko ogółem: 53.63 g; Tłuszcz: 32.74 g; Węglowodany ogółem: 311.64 g; Wapń: 268.5 mg; Żelazo: 8.79 mg; Potas: 3225.35 mg; Sód: 1956.66 mg; Fosfor: 797.67 mg; Witamina D: 2.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1681.35 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 216.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.7 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; suma cukrów prostych: 47.75 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony.( 2.00 porcje ) 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), Banan 150 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2297.71 kcal; Białko ogółem: 100.72 g; Tłuszcz: 47.48 g; Węglowodany ogółem: 376.71 g; Wapń: 1177.34 mg; Żelazo: 11.47 mg; Potas: 5008.3 mg; Sód: 2931.56 mg; Fosfor: 1617.88 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1858.88 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 176.03 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 18.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.14 g; suma cukrów prostych: 75.98 g; | | |

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | zupa jarzynowa z makaronem bezgl. bezml. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), ryba gotowana na parze- bezglutenowa. 80 g (***RYB, SOJ, GOR,***), sos grecki- bezgl.bezml. 30 ml (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), Banan 150 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2095.42 kcal; Białko ogółem: 93.44 g; Tłuszcz: 44.74 g; Węglowodany ogółem: 337.27 g; Wapń: 992.75 mg; Żelazo: 7.24 mg; Potas: 4788.19 mg; Sód: 1481.64 mg; Fosfor: 1442.75 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1774.44 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 147.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; suma cukrów prostych: 76.29 g; | | |

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), pomidory 100 g , sałata zielona 15 g , | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Klops rybny pieczony. 80 g (***GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR,***), Sos grecki 30 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (***SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (***JAJ, SEL,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata lodowa 20 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok bobofrut b/c 300 ml , Banan 150 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1796.24 kcal; Białko ogółem: 55.37 g; Tłuszcz: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; Wapń: 230.31 mg; Żelazo: 9.92 mg; Potas: 3846.64 mg; Sód: 2421.07 mg; Fosfor: 798.16 mg; Witamina D: 2.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1713.14 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 225.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.39 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; suma cukrów prostych: 58.32 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| piątek 2026-10-16 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), ser żółty twardy 50 g (***MLE,***), rzodkiew 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (***MLE,***), | Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Łazanki smażone z kapustą kiszoną. 300 g (***GLU, JAJ,***), sałatka z selera i jabłka. 150 g (***MLE, SEL,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (***JAJ, MLE, SEL,***), pomidory 50 g , ogórek świeży 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), mandarynki 100 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2178.67 kcal; Białko ogółem: 72.7 g; Tłuszcz: 66.89 g; Węglowodany ogółem: 330.54 g; Wapń: 1383.63 mg; Żelazo: 9.97 mg; Potas: 3395.28 mg; Sód: 2817.63 mg; Fosfor: 1423.29 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1548.46 ug; Witamina B6: 1.79 mg; Witamina C: 157.89 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 20.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.78 g; suma cukrów prostych: 55.91 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), ogórek kiszony 50 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Gulasz segetyński 300 g (***GLU, OZ, SOJ,***), Ziemniaki. 200 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (***MLE,***), rzodkiew 50 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2021.89 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 62.97 g; Węglowodany ogółem: 292.6 g; Wapń: 962.6 mg; Żelazo: 10.47 mg; Potas: 3917.06 mg; Sód: 3471.74 mg; Fosfor: 1456.79 mg; Witamina D: 3.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1205.34 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 132.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; suma cukrów prostych: 42.8 g; | | |
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), ogórek kiszony 40 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Krupnik DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Gulasz segetyński DZ 250 g (***GLU, OZ, SOJ,***), Ziemniaki DZ 190 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>sok kubuś 300 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (***MLE,***), pomidory 40 g , rzodkiew 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1755.97 kcal; Białko ogółem: 69.26 g; Tłuszcz: 53.01 g; Węglowodany ogółem: 267.9 g; Wapń: 865.01 mg; Żelazo: 9.17 mg; Potas: 3794.29 mg; Sód: 2975.67 mg; Fosfor: 1230.06 mg; Witamina D: 1.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2634.87 ug; Witamina B6: 2.11 mg; Witamina C: 132.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; suma cukrów prostych: 55.07 g; | | |
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1920.22 kcal; Białko ogółem: 86.15 g; Tłuszcz: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 289.5 g; Wapń: 933 mg; Żelazo: 8.64 mg; Potas: 3900.62 mg; Sód: 2548.96 mg; Fosfor: 1497.53 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3226.82 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 110.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.1 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; suma cukrów prostych: 44.38 g; | | |
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | jabłka 200 g , Krupnik DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , **Podwieczorek:** sok kubuś 300 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 40 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1738.1 kcal; Białko ogółem: 70.42 g; Tłuszcz: 41.74 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; Wapń: 840.04 mg; Żelazo: 8.06 mg; Potas: 3898.66 mg; Sód: 2190.51 mg; Fosfor: 1269.48 mg; Witamina D: .66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4087.28 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 124.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; | | |
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1491.96 kcal; Białko ogółem: 70.66 g; Tłuszcz: 24.9 g; Węglowodany ogółem: 251.68 g; Wapń: 497.01 mg; Żelazo: 7.66 mg; Potas: 3296.32 mg; Sód: 2380.55 mg; Fosfor: 1145.11 mg; Witamina D: 1.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3037.4 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 106.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g; suma cukrów prostych: 28.82 g; | | |
| **sobota 2026-10-17** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , **II Śniadanie:** pomarańcze 150 g , | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1520.82 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 257.32 g; Wapń: 496.89 mg; Żelazo: 8.08 mg; Potas: 3461.34 mg; Sód: 2370.39 mg; Fosfor: 1144.81 mg; Witamina D: 2.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3050.71 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 159.49 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; suma cukrów prostych: 27.33 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>pomarańcze 150 g , | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1562.93 kcal; Białko ogółem: 72.07 g; Tłuszcz: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 242.05 g; Wapń: 609.13 mg; Żelazo: 10.84 mg; Potas: 3852.27 mg; Sód: 2350.13 mg; Fosfor: 1389.89 mg; Witamina D: 2.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2595.82 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 181.66 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 10.49 g; Błonnik pokarmowy: 36.4 g; suma cukrów prostych: 31.37 g; | | |

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym- nerkowa 60 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,***), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1847 kcal; Białko ogółem: 58.42 g; Tłuszcz: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 331.12 g; Wapń: 240.62 mg; Żelazo: 9.59 mg; Potas: 3650.33 mg; Sód: 2580.5 mg; Fosfor: 928.27 mg; Witamina D: 2.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3473.55 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 228.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 39.47 g; suma cukrów prostych: 21.56 g; | | |

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym- nerkowa 60 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,***), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1757.05 kcal; Białko ogółem: 56.65 g; Tłuszcz: 34.1 g; Węglowodany ogółem: 311.66 g; Wapń: 197.08 mg; Żelazo: 8.99 mg; Potas: 3353.8 mg; Sód: 2563.25 mg; Fosfor: 885.38 mg; Witamina D: 2.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3458.46 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 210.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.3 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g; suma cukrów prostych: 19.2 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym.( 2.00 porcje ) 100 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2126.51 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 54.48 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; Wapń: 1153.57 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 4516.78 mg; Sód: 2668.9 mg; Fosfor: 1850.41 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3278.96 ug; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 126.84 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; suma cukrów prostych: 44.88 g;

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym bezg. 100 g (***MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana-bezglutenowa. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg zjog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1608.86 kcal; Białko ogółem: 71.92 g; Tłuszcz: 36.64 g; Węglowodany ogółem: 252.13 g; Wapń: 443.6 mg; Żelazo: 4.56 mg; Potas: 3029.94 mg; Sód: 1175.25 mg; Fosfor: 978.96 mg; Witamina D: 1.97 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3026.74 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 105.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.28 g; suma cukrów prostych: 26.41 g;

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica sop.wp 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), zupa jarzynowa krem z grzankami-nerkowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1773.07 kcal; Białko ogółem: 60.36 g; Tłuszcz: 34.3 g; Węglowodany ogółem: 311.34 g; Wapń: 195.28 mg; Żelazo: 8.98 mg; Potas: 3408.03 mg; Sód: 2572.7 mg; Fosfor: 926.21 mg; Witamina D: 2.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3437.94 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 209.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g; suma cukrów prostych: 19.19 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| sobota 2026-10-17 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), ser topiony 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), | Krupnik. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kotleciki z jajek smażone. 150 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), ROSZPONKA 10 g (***SEL, GOR,***), pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** mus owocowy 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2303.05 kcal; Białko ogółem: 82.1 g; Tłuszcz: 83.93 g; Węglowodany ogółem: 310.89 g; Wapń: 1153.89 mg; Żelazo: 11.03 mg; Potas: 3609.78 mg; Sód: 2845.05 mg; Fosfor: 1743.73 mg; Witamina D: 4.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3598.16 ug; Witamina B6: 1.93 mg; Witamina C: 109.97 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 27.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g; suma cukrów prostych: 44.58 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), kasza gryczana na sypko. 160 g (***GLU, OZ,***), Mizeria z jog. nat.. 110 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (***SOJ, MLE,***), pomidory 50 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), sok kubuś 330 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2329.78 kcal; Białko ogółem: 89.81 g; Tłuszcz: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 374.36 g; Wapń: 971.44 mg; Żelazo: 12.16 mg; Potas: 4959.1 mg; Sód: 2880.07 mg; Fosfor: 1682.51 mg; Witamina D: 3.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3498.39 ug; Witamina B6: 3.01 mg; Witamina C: 141.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.03 g; suma cukrów prostych: 77.51 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii.DZ 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy DZ 60 ml (***GLU, SEL,***), Kasza gryczana na sypko DZ 120 g (***GLU, OZ,***), Mizeria z jog. nat. DZ. 90 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Herbatniki pettitki 25 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (***SOJ, MLE,***), pomidory 40 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>owsianka owocowa 1 szt (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL,***), sok kubuś 330 ml , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2030.14 kcal; Białko ogółem: 72.86 g; Tłuszcz: 52.14 g; Węglowodany ogółem: 329.54 g; Wapń: 838.6 mg; Żelazo: 9.78 mg; Potas: 4235.91 mg; Sód: 2413.01 mg; Fosfor: 1348.97 mg; Witamina D: 1.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3327.78 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 127.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; suma cukrów prostych: 72.12 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (***SOJ, MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2206.99 kcal; Białko ogółem: 84.62 g; Tłuszcz: 56.93 g; Węglowodany ogółem: 345.99 g; Wapń: 942.91 mg; Żelazo: 10.9 mg; Potas: 4583.53 mg; Sód: 2789.84 mg; Fosfor: 1498.88 mg; Witamina D: 2.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1626.42 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 128.39 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; suma cukrów prostych: 58.78 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 40 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii.DZ 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy DZ 60 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora z jog. nat. DZ. 80 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Herbatniki pettitki 25 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (***SOJ, MLE,***), pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1893.99 kcal; Białko ogółem: 67.88 g; Tłuszcz: 50.62 g; Węglowodany ogółem: 297.72 g; Wapń: 783.61 mg; Żelazo: 8.56 mg; Potas: 3772.67 mg; Sód: 2311.87 mg; Fosfor: 1192.52 mg; Witamina D: .92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1416.32 ug; Witamina B6: 1.88 mg; Witamina C: 106.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; suma cukrów prostych: 52.51 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1764.47 kcal; Białko ogółem: 71.72 g; Tłuszcz: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 299.65 g; Wapń: 518.28 mg; Żelazo: 9.71 mg; Potas: 3938.76 mg; Sód: 2379.56 mg; Fosfor: 1186.34 mg; Witamina D: 1.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1472.97 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 124.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; suma cukrów prostych: 43.65 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1675.37 kcal; Białko ogółem: 70.83 g; Tłuszcz: 34.42 g; Węglowodany ogółem: 277.97 g; Wapń: 515.36 mg; Żelazo: 9.57 mg; Potas: 3551.58 mg; Sód: 2381.08 mg; Fosfor: 1170.14 mg; Witamina D: 1.99 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1467.1 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 124.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.6 g; Błonnik pokarmowy: 29.3 g; suma cukrów prostych: 26.76 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-18 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>jabłka 200 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (***SOJ, MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1717.55 kcal; Białko ogółem: 67.56 g; Tłuszcz: 46.9 g; Węglowodany ogółem: 263.28 g; Wapń: 547.15 mg; Żelazo: 11.99 mg; Potas: 3885.97 mg; Sód: 2631.14 mg; Fosfor: 1317.02 mg; Witamina D: 2.74 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1534.93 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 159.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.7 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; suma cukrów prostych: 27.98 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok bobofrut b/c 300 ml , mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2127.88 kcal; Białko ogółem: 59.39 g; Tłuszcz: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 369.94 g; Wapń: 265.63 mg; Żelazo: 11.63 mg; Potas: 4071.24 mg; Sód: 2370.37 mg; Fosfor: 998.49 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1614.21 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 237.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.74 g; suma cukrów prostych: 24.13 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu** | |
| herbata z cukrem 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok bobofrut b/c 300 ml , mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2186.48 kcal; Białko ogółem: 59.55 g; Tłuszcz: 48.97 g; Węglowodany ogółem: 384.51 g; Wapń: 261.4 mg; Żelazo: 11.22 mg; Potas: 4214.17 mg; Sód: 2365.35 mg; Fosfor: 998.26 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1612.78 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 219.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.57 g; suma cukrów prostych: 50.33 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-18 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii.( 2.00 porcje ) 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (***SOJ, MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2380.21 kcal; Białko ogółem: 104.3 g; Tłuszcz: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 358.42 g; Wapń: 1154.55 mg; Żelazo: 11.84 mg; Potas: 5101.35 mg; Sód: 2896.86 mg; Fosfor: 1773.63 mg; Witamina D: 3.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1655.01 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 143.77 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 21.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.38 g; suma cukrów prostych: 58.89 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), ser żółty twardy 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami- bezglutenowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sos jarzynowy bezglutenowy. 80 ml (***SEL,***), kasza gryczana na sypko. 160 g (***GLU, OZ,***), Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. zielonym koperkiem 60 g (***MLE,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1929.71 kcal; Białko ogółem: 68.03 g; Tłuszcz: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 306.17 g; Wapń: 674.16 mg; Żelazo: 7.56 mg; Potas: 3403.5 mg; Sód: 1321.47 mg; Fosfor: 1148.97 mg; Witamina D: 2.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1651.71 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 197.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; suma cukrów prostych: 35.31 g; | | |
| **niedziela 2026-10-18** | **Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), szynka got. wieprz. 50 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Schab pieczony w folii. 80 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), sok bobofrut b/c 300 ml , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2157.57 kcal; Białko ogółem: 65.55 g; Tłuszcz: 50.07 g; Węglowodany ogółem: 368.9 g; Wapń: 261.53 mg; Żelazo: 11.39 mg; Potas: 4300.37 mg; Sód: 2380.53 mg; Fosfor: 1051.86 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1591.09 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 217.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| niedziela 2026-10-18 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), Banan 150 g , | Barszcz z ziemniakami. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (***GLU, ORZ,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>mus owocowo-warzywny 1 szt (***SOJ, ORZ,***), jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2424.76 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 63.03 g; Węglowodany ogółem: 399.14 g; Wapń: 1006.62 mg; Żelazo: 12.33 mg; Potas: 4936.62 mg; Sód: 2248.05 mg; Fosfor: 1496.29 mg; Witamina D: 3.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1831.24 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 148.55 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 17.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; suma cukrów prostych: 60.63 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), ogórek świeży 50 g , pomidory 50 g , | Zupa fasolowa z makaronem 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), KIWI 1 szt , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z sera topionego ,kiełbasy i jajka z zieloną cebulką 60 g (***JAJ, SOJ, MLE,***), papryka konserwowa 50 g (***GOR,***), rukola 10 g , jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2353.64 kcal; Białko ogółem: 105.7 g; Tłuszcz: 69.2 g; Węglowodany ogółem: 339.76 g; Wapń: 1030.25 mg; Żelazo: 14.36 mg; Potas: 4816.99 mg; Sód: 3357.61 mg; Fosfor: 1842.07 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2033.9 ug; Witamina B6: 2.91 mg; Witamina C: 255.29 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 21.43 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g; suma cukrów prostych: 33.58 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), ogórek świeży 40 g , pomidory 40 g , | Zupa fasolowa z makaronem DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy DZ 60 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty pekińskiej DZ 100 g (***JAJ, MLE, GOR,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), KIWI 1 szt ,<br>**Podwieczorek:**<br>Galaretka owocowa DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z sera topionego,kiełbasy i jajka z zieloną cebulką DZ 50 g (***JAJ, SOJ, MLE,***), papryka konserwowa 40 g (***GOR,***), rukola 10 g , jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 60 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1918.5 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 62.69 g; Węglowodany ogółem: 265 g; Wapń: 991.71 mg; Żelazo: 10.83 mg; Potas: 4056.86 mg; Sód: 2864.4 mg; Fosfor: 1571.65 mg; Witamina D: 1.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1876.47 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 232.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; suma cukrów prostych: 31.64 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2159.45 kcal; Białko ogółem: 99.96 g; Tłuszcz: 59.72 g; Węglowodany ogółem: 310.94 g; Wapń: 898.57 mg; Żelazo: 10.52 mg; Potas: 4347.98 mg; Sód: 2977.56 mg; Fosfor: 1539.68 mg; Witamina D: 3.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3693.74 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 125.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.25 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g; suma cukrów prostych: 38.42 g;

| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy DZ 60 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g ,<br>**Podwieczorek:**<br>Galaretka owocowa DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany DZ 55 g , jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 60 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1784.92 kcal; Białko ogółem: 81 g; Tłuszcz: 53.38 g; Węglowodany ogółem: 250.48 g; Wapń: 841.47 mg; Żelazo: 8.37 mg; Potas: 3751.76 mg; Sód: 2439.54 mg; Fosfor: 1305.1 mg; Witamina D: .9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2813.47 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 115.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.32 g; suma cukrów prostych: 35.82 g;

| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1872.98 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 40.8 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; Wapń: 435.51 mg; Żelazo: 10.11 mg; Potas: 3737.31 mg; Sód: 2791.35 mg; Fosfor: 1205.79 mg; Witamina D: 2.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3496.04 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 120.88 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 10.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.09 g; suma cukrów prostych: 21.48 g;

| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb pszenny 30 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona cebulka 1 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1993.52 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 42.97 g; Węglowodany ogółem: 306.36 g; Wapń: 540.38 mg; Żelazo: 10.43 mg; Potas: 3888.68 mg; Sód: 2967.96 mg; Fosfor: 1386.36 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3505.05 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 109.31 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 12.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g; suma cukrów prostych: 26.89 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-19 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb graham 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), Twaróg z jog. nat. zieloną cebulką 50 g (***MLE,***), ogórek świeży 30 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 80 g (***OZ, SOJ,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 2226.59 kcal; Białko ogółem: 110.5 g; Tłuszcz: 64.78 g; Węglowodany ogółem: 305.3 g; Wapń: 1049.68 mg; Żelazo: 13.41 mg; Potas: 4725.43 mg; Sód: 3021.32 mg; Fosfor: 1934.87 mg; Witamina D: 3.67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2042.88 ug; Witamina B6: 3.25 mg; Witamina C: 151.42 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 20.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.52 g; suma cukrów prostych: 43.29 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka wiosenna - nerkowa. 110 g (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1825.17 kcal; Białko ogółem: 64.63 g; Tłuszcz: 45.09 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; Wapń: 248.8 mg; Żelazo: 9.7 mg; Potas: 3483.8 mg; Sód: 2684.37 mg; Fosfor: 903 mg; Witamina D: 3.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3595.31 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 129.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.79 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; suma cukrów prostych: 22.57 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Sałatka wiosenna - nerkowa. 110 g (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1750.52 kcal; Białko ogółem: 63.88 g; Tłuszcz: 44.34 g; Węglowodany ogółem: 280.42 g; Wapń: 241.26 mg; Żelazo: 9.12 mg; Potas: 3229.57 mg; Sód: 2680.62 mg; Fosfor: 885.91 mg; Witamina D: 3.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3587.72 ug; Witamina B6: 2.14 mg; Witamina C: 112.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; suma cukrów prostych: 21.68 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-19 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona .( 2.00 porcje ) 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), **Posiłek nocny:** chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2289.74 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 62.28 g; Węglowodany ogółem: 318.34 g; Wapń: 892 mg; Żelazo: 11.62 mg; Potas: 4674.25 mg; Sód: 3076.3 mg; Fosfor: 1745.5 mg; Witamina D: 3.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3688.51 ug; Witamina B6: 3.18 mg; Witamina C: 124.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; suma cukrów prostych: 38.04 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg zjog. nat. zieloną cebulką 50 g (***MLE,***), jaja 1 szt (***JAJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Podudzia z kurczaka gotowane. 230 szt (***SEL,***), sos jarzynowy bezglutenowy. 80 ml (***SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), **Posiłek nocny:** sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2103.72 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 63.86 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; Wapń: 551.28 mg; Żelazo: 7.81 mg; Potas: 3848.42 mg; Sód: 1439.64 mg; Fosfor: 1249.42 mg; Witamina D: 4.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3694.29 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 196.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.5 g; suma cukrów prostych: 35.4 g; | | |
| **poniedziałek 2026-10-19** | **Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada drob z oczkiem pieczona . 70 g (***GLU, JAJ, MLE,***), Sos jarzynowy 80 ml (***GLU, SEL,***), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jabłka 200 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), Schab gotowany. 65 g , **Posiłek nocny:** sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1721.04 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; Wapń: 185.51 mg; Żelazo: 9 mg; Potas: 3463.12 mg; Sód: 2385.14 mg; Fosfor: 900.77 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3415.67 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 191.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; suma cukrów prostych: 24.24 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| poniedziałek 2026-10-19 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), ser żółty twardy 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Ryż z jabłkami. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), sałatka z marchwi i jabłka 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), KIWI 1 szt , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), sałatka wiosenna dieta. 75 g (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***),<br>**Posiłek nocny:**<br>chleb pszenny- żytni 80 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2214.06 kcal; Białko ogółem: 71.28 g; Tłuszcz: 68.13 g; Węglowodany ogółem: 331.56 g; Wapń: 1241.36 mg; Żelazo: 7.61 mg; Potas: 2789.42 mg; Sód: 2688.15 mg; Fosfor: 1282.73 mg; Witamina D: 3.1 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3070.48 ug; Witamina B6: 1.12 mg; Witamina C: 169.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.59 g; suma cukrów prostych: 44.7 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

## Oddział: Chorób Wewnetrznych i Diabetologii

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2026-10-20** | **Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), KIEŁBASA WIEJSKA 80 g , ogórek świeży 50 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Makaron z kurcz.szpin. i fetą. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pasta z twarogu i jaj z cebulka zieloną 60 g (***JAJ, MLE,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2248.52 kcal; Białko ogółem: 100.97 g; Tłuszcz: 78.37 g; Węglowodany ogółem: 288.93 g; Wapń: 1027.58 mg; Żelazo: 8.75 mg; Potas: 2776.94 mg; Sód: 2869.66 mg; Fosfor: 1465.89 mg; Witamina D: 2.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3152.75 ug; Witamina B6: 1.44 mg; Witamina C: 70.97 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 23.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.9 g; suma cukrów prostych: 34.07 g; | | |
| **wtorek 2026-10-20** | **Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), KIEŁBASA WIEJSKA 70 g , ogórek świeży 40 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grysikowa DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Makaron z kurcz.szpin. i fetą. 250 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Surówka z marchwi i chrzanu DZ 100 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Pasta z twarogu i jaj z cebulką zieloną DZ 50 g (***JAJ, MLE,***), sałata zielona 15 g , pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 2127.54 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 78.1 g; Węglowodany ogółem: 262.57 g; Wapń: 1209.89 mg; Żelazo: 7.54 mg; Potas: 2763.77 mg; Sód: 2555.92 mg; Fosfor: 1496.91 mg; Witamina D: 1.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2198.27 ug; Witamina B6: 1.33 mg; Witamina C: 68.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.5 g; Błonnik pokarmowy: 18.95 g; suma cukrów prostych: 50.5 g; | | |
| **wtorek 2026-10-20** | **Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU, MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1857.07 kcal; Białko ogółem: 88.24 g; Tłuszcz: 47.97 g; Węglowodany ogółem: 274.22 g; Wapń: 854.18 mg; Żelazo: 11.16 mg; Potas: 4110.17 mg; Sód: 2851.72 mg; Fosfor: 1480.02 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 970.96 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 116.97 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 15.38 g; Błonnik pokarmowy: 23.57 g; suma cukrów prostych: 40.66 g; | | |
| **wtorek 2026-10-20** | **Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci** | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| | | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 40 g (***SOJ,***), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grysikowa DZ 250 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym DZ. 80 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g (***GLU, MLE,***), Kompot zmieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***),<br>**Podwieczorek:**<br>Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 70 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i ziel pietr.PN 40 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 40 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1676.48 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 46.6 g; Węglowodany ogółem: 240.23 g; Wapń: 1028.73 mg; Żelazo: 8.88 mg; Potas: 3806.45 mg; Sód: 2505.3 mg; Fosfor: 1438.44 mg; Witamina D: .62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 777.87 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 105.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.65 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g; suma cukrów prostych: 54.83 g; | | |
| **wtorek 2026-10-20** | **Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1450.75 kcal; Białko ogółem: 74.09 g; Tłuszcz: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 240.85 g; Wapń: 404.22 mg; Żelazo: 9.79 mg; Potas: 3447.38 mg; Sód: 2696.56 mg; Fosfor: 1057.47 mg; Witamina D: 1.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 814.54 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 112.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; suma cukrów prostych: 24.43 g; | | |
| **wtorek 2026-10-20** | **Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i** | |
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb pszenny- żytni 30 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), szynka got. wieprz. 30 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), sałata zielona 15 g , | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU,***), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mandarynki 100 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 10 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **<u>Wartości odżywcze:</u>** Energia kc: 1589.26 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 264.64 g; Wapń: 491.45 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3825.62 mg; Sód: 3099.58 mg; Fosfor: 1197.43 mg; Witamina D: 1.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 845.39 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 127.86 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.42 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; suma cukrów prostych: 34.15 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>chleb graham 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), szynka got. wieprz. 30 g (***SOJ, ORZ, GOR,***), ogórek świeży 30 g , | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , brokuły z wody II jarzyna 80 g (***GLU, SOJ, MLE,***), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), mandarynki 100 g , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb graham 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1607.54 kcal; Białko ogółem: 81.68 g; Tłuszcz: 38.03 g; Węglowodany ogółem: 242.84 g; Wapń: 580.96 mg; Żelazo: 11.78 mg; Potas: 4246.7 mg; Sód: 3153.36 mg; Fosfor: 1489.39 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3265.48 ug; Witamina B6: 2.75 mg; Witamina C: 183.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.15 g; suma cukrów prostych: 30.03 g; | | |

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,<br>**II Śniadanie:**<br>Jabłko pieczone 150 g (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet drobiowy gotowany. 60 g , Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml , | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (***JAJ,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1873.28 kcal; Białko ogółem: 59.13 g; Tłuszcz: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; Wapń: 182.49 mg; Żelazo: 11.61 mg; Potas: 4510.14 mg; Sód: 2357.49 mg; Fosfor: 894.08 mg; Witamina D: 2.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 864.27 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 236.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; suma cukrów prostych: 29.34 g; | | |

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet drobiowy gotowany. 60 g , Sos pomidorowy 30 ml (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (***JAJ,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia kc: 1734.63 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; Wapń: 214.11 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 4534.27 mg; Sód: 2431.82 mg; Fosfor: 908.85 mg; Witamina D: 2.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2644.84 ug; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 141.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 41.62 g; | | |



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (***GLU, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU, MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (***MLE,***), polędwica z ind 40 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1948.57 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 50.22 g; Węglowodany ogółem: 286.07 g; Wapń: 1055.18 mg; Żelazo: 11.46 mg; Potas: 4378.67 mg; Sód: 2922.22 mg; Fosfor: 1625.52 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 999.46 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 131.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.7 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; suma cukrów prostych: 40.66 g;

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D12 Bezglutenowa | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), dżem niskosłodzony 50 g (***GLU, SOJ, ORZ, SO2,***), ser żółty twardy 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , | Zupa ryżowa. 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomid. bezgl. 100 g (***MLE,***), Ziemniaki. 200 g , buraczki zasmażane bezglutenowa. 150 g (***MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), wafle ryżowe 65 g , margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** jogurt naturalny 150 ml (***MLE,***), jabłka 200 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1730.75 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 47.74 g; Węglowodany ogółem: 259.12 g; Wapń: 869.94 mg; Żelazo: 6.48 mg; Potas: 3033.64 mg; Sód: 1389.03 mg; Fosfor: 1049.07 mg; Witamina D: 2.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1008.89 ug; Witamina B6: 1.76 mg; Witamina C: 104.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.18 g; Błonnik pokarmowy: 18.59 g; suma cukrów prostych: 50.72 g;

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), kiełbasa żywiecka dr 50 g (***SOJ,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (***GLU,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), polędwica z ind 60 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , **Posiłek nocny:** sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 1564.6 kcal; Białko ogółem: 64.58 g; Tłuszcz: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 263.36 g; Wapń: 200.26 mg; Żelazo: 10.34 mg; Potas: 3659.43 mg; Sód: 2846.26 mg; Fosfor: 879.41 mg; Witamina D: 2.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2630.16 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 108.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 40.64 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ

# Jadłospisy dla oddziałów

| wtorek 2026-10-20 | Jadłospis dla diety: D14 Wegetariańska | |
|---|---|---|
| Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), ser topiony 50 g (***MLE,***), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (***GLU, MLE,***), | Zupa grysikowa 350 ml (***GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kotleciki z jajek smażone. 150 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE,***), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (***GLU, MLE,***), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), | Herbata b/c 200 ml (***GLU, SEL, GOR,***), chleb pszenny- żytni 100 g (***GLU, JAJ, SOJ,***), margaryna śniadaniowa 15 g (***MLE,***), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (***MLE,***), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,<br>**Posiłek nocny:**<br>jogurt truskawkowy 150 g (***MLE,***), jabłka 200 g , |

**Wartości odżywcze:** Energia kc: 2203.84 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz: 83.32 g; Węglowodany ogółem: 288.5 g; Wapń: 1079.04 mg; Żelazo: 12.97 mg; Potas: 3630.26 mg; Sód: 2748.88 mg; Fosfor: 1687.75 mg; Witamina D: 4.06 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1293.64 ug; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 113.34 mg; kw. tłuszcz nasycone ogółem: 26.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; suma cukrów prostych: 41.01 g;



Wartość odżywcza posiłków wyliczana jest ze stosowanych produktów spożywczych w wielkościach rynkowych, w oparciu o tabele wartości odżywczych IŻŻ