

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>wtorek 2026-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb graham 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Pasta z tuńczyka 80g ( <b>JAJ, RYB, MLE</b> ), Schab benedyktyński 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Herbata czarna b/c 250ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Kurczak po tajsku gotowany 200g ( <b>GLU</b> ), Ryż biały gotowany na sypko 200g, Surówka z białej kapusty 150g, Kompot owocowy 250ml | Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb graham 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Sałatka grecka 160g ( <b>MLE, GOR</b> ), Kurczak gotowany z kurnej półki 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL, MLE</b> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Papryka świeża 30g, Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2724.55 kcal; Białko ogółem: 127.10g; Tłuszcz ogółem: 89.02g; Węglowodany ogółem: 295.12g; Kw. tł. nasycone: 34.50g; Sól: 9.46g; Sód: 2215.56 mg; Błonnik pokarmowy: 30.33g; W tym cukry: 49.03g; WW: 29.59 Por; Potas: 3566.79 mg; Wapń: 686.67 mg; Fosfor: 1345.59 mg; Żelazo: 10.80 mg; Magnez: 331.83 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2026-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Paprykarz 80g ( <b>RYB</b> ), Schab benedyktyński 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Filet drobiowy faszerowany szpinakiem duszony 100g, Sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ryż biały gotowany na sypko 200g, Marchewka gotowana na parze 150g, Kompot owocowy 250ml | Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 30g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Warzywa pieczone z ziołami 100g, Kurczak gotowany z kurnej półki 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL, MLE</b> ), Twarożek naturalny 50g ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2361.61 kcal; Białko ogółem: 108.62g; Tłuszcz ogółem: 51.39g; Węglowodany ogółem: 306.92g; Kw. tł. nasycone: 17.74g; Sól: 8.03g; Sód: 2053.93 mg; Błonnik pokarmowy: 29.02g; W tym cukry: 44.77g; WW: 30.79 Por; Potas: 3535.29 mg; Wapń: 480.36 mg; Fosfor: 1304.56 mg; Żelazo: 10.59 mg; Magnez: 299.04 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2026-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Paprykarz 80g ( <b>RYB</b> ), Schab benedyktyński 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Herbata czarna b/c 250ml | Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Filet drobiowy faszerowany szpinakiem duszony 100g, Sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ryż brązowy gotowany 200g, Surówka z białej kapusty 150g, Kompot owocowy b/c 250ml | Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Sałatka grecka 160g ( <b>MLE, GOR</b> ), Kurczak gotowany z kurnej półki 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL, MLE</b> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Papryka świeża 30g, Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Podwieczorek: Sok warzywny 200ml                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2785.42 kcal; Białko ogółem: 128.59g; Tłuszcz ogółem: 93.50g; Węglowodany ogółem: 307.67g; Kw. tł. nasycone: 35.18g; Sól: 12.30g; Sód: 2672.77 mg; Błonnik pokarmowy: 32.15g; W tym cukry: 39.87g; WW: 30.89 Por; Potas: 3660.77 mg; Wapń: 703.55 mg; Fosfor: 1533.76 mg; Żelazo: 13.31 mg; Magnez: 393.01 mg;

|                                                                            |                                                                            |                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2026-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna</b>     |                                                                            |                                                                            |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml | Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml | Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;

|                                                                                            |                                                                    |                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2026-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>                     |                                                                    |                                                                                            |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna b/c 250ml | Zupa krem z selera 700ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                       | Podwieczorek: Sok warzywny 200ml                                   |                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 1873.60 kcal; Białko ogółem: 61.27g; Tłuszcz ogółem: 64.68g; Węglowodany ogółem: 261.44 g; Kw. tł. nasycone: 38.40g; Sól: 5.29g; Sód: 1197.73 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13g; W tym cukry: 70.74g; WW: 26.21 Por; Potas: 2178.88 mg; Wapń: 1089.27 mg; Fosfor: 1117.07 mg; Żelazo: 4.47 mg; Magnez: 196.17 mg;

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>wtorek 2026-03-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <b>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</b> ), Schab benedyktyński mielony 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna b/c 250ml | Zupa krem z selera 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Filet drobiowy duszony zmielony 100g, Sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot owocowy 250ml | Chleb pszenno-żytni 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Miód 1szt., Kurczak gotowany z kurnej półki mielona 40g ( <b>GLU, SOJ, SEL, MLE</b> ), Twarożek naturalny 50g ( <b>MLE</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek: Sok warzywny 200ml                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2333.89 kcal; Białko ogółem: 105.87g; Tłuszcz ogółem: 66.41g; Węglowodany ogółem: 282.51g; Kw. tł. nasycone: 27.67g; Sól: 8.72g; Sód: 1520.80 mg; Błonnik pokarmowy: 26.79g; W tym cukry: 45.57g; WW: 28.34 Por; Potas: 2909.28 mg; Wapń: 476.29 mg; Fosfor: 880.58 mg; Żelazo: 5.41 mg; Magnez: 202.00 mg;

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| środa 2026-03-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Piers delikatna z kurnej półki 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Ser żółty 20g ( <i>MLE</i> ), Ogórek świeży b/skóry 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml |  | Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <i>MLE, SEL, GLU</i> ), Udko pieczone z kurczaka 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot owocowy 250ml                                                             | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 40g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Herbata czarna b/c 250ml                               |
| II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2622.33 kcal; Białko ogółem: 124.47g; Tłuszcz ogółem: 87.83g; Węglowodany ogółem: 287.72g; Kw. tł. nasycone: 32.81g; Sól: 9.28g; Sód: 2483.25 mg; Błonnik pokarmowy: 32.04g; W tym cukry: 42.01g; WW: 29.02 Por; Potas: 4095.17 mg; Wapń: 682.55 mg; Fosfor: 1559.51 mg; Żelazo: 12.45 mg; Magnez: 392.51 mg;                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| środa 2026-03-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Piers delikatna z kurnej półki 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                     |  | Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <i>MLE, SEL, GLU</i> ), Klopsiki drobiowe gotowane 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml         | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Budyń waniliowy z musem owocowym 100ml ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2305.43 kcal; Białko ogółem: 104.41g; Tłuszcz ogółem: 90.07g; Węglowodany ogółem: 277.29g; Kw. tł. nasycone: 45.94g; Sól: 8.08g; Sód: 1811.04 mg; Błonnik pokarmowy: 26.55g; W tym cukry: 48.01g; WW: 27.85 Por; Potas: 3659.07 mg; Wapń: 539.69 mg; Fosfor: 1035.36 mg; Żelazo: 10.62 mg; Magnez: 293.43 mg;                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| środa 2026-03-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Piers delikatna z kurnej półki 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Ogórek świeży b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                        |  | Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ( <i>MLE, SEL, GLU</i> ), Klopsiki drobiowe gotowane 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot owocowy b/c 250ml | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 30g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml                                                            |
| II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | Podwieczorek: Marchew w słupkach 50g                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2253.10 kcal; Białko ogółem: 95.93g; Tłuszcz ogółem: 93.95g; Węglowodany ogółem: 274.82g; Kw. tł. nasycone: 45.25g; Sól: 7.27g; Sód: 1821.27 mg; Błonnik pokarmowy: 32.68g; W tym cukry: 36.14g; WW: 27.69 Por; Potas: 3816.18 mg; Wapń: 500.23 mg; Fosfor: 1263.44 mg; Żelazo: 12.02 mg; Magnez: 378.33 mg;                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| środa 2026-03-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                      | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;                                                                                                                                        |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| środa 2026-03-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  | Zupa krem z buraka 700ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                              | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | Podwieczorek: Mus owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2226.67 kcal; Białko ogółem: 73.11g; Tłuszcz ogółem: 70.23g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; Kw. tł. nasycone: 42.65g; Sól: 3.30g; Sód: 1198.49 mg; Błonnik pokarmowy: 22.52g; W tym cukry: 77.19g; WW: 32.60 Por; Potas: 3226.20 mg; Wapń: 1117.11 mg; Fosfor: 1150.11 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 243.18 mg;                                                                                                                                  |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| środa 2026-03-04                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Piers delikatna z kurnej półki mielona 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                              |  | Zupa krem z buraka 350ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Klopsiki drobiowe gotowane zmielone 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml  | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Schab z gór zmielony 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                         |
| II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  | Podwieczorek: Mus owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.90 kcal; Białko ogółem: 82.62g; Tłuszcz ogółem: 57.22g; Węglowodany ogółem: 263.69 g; Kw. tł. nasycone: 26.98g; Sól: 6.62g; Sód: 1452.89 mg; Błonnik pokarmowy: 18.79g; W tym cukry: 30.69g; WW: 26.41 Por; Potas: 2733.77 mg; Wapń: 186.10 mg; Fosfor: 483.59 mg; Żelazo: 7.68 mg; Magnez: 149.71 mg;                                                                                                                                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>czwartek 2026-03-05</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb graham 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek naturalny 100g ( <b>MLE</b> ), Miód sztukowy 1szt., Szynka piastowska 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 30g, Rukola 5g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml ( <b>SOJ, MLE</b> ), | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350ml ( <b>GLU,SEL</b> ), Pierogi leniwe gotowane 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ) z musem owocowym 100g, Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                              | Chleb graham 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <b>GOR, SEL, SOJ, MLE</b> ), Ketchup 15g, Szynka Juhasa 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 40g, Salata lodowa 10g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2587.07 kcal; Białko ogółem: 111.48g; Tłuszcz ogółem: 69.17g; Węglowodany ogółem: 345.02g; Kw. tł. nasycone: 32.42g; Sól: 4.69g; Sód: 1286.99 mg; Błonnik pokarmowy: 26.61g; W tym cukry: 54.87g; WW: 34.78 Por; Potas: 3476.25 mg; Wapń: 815.68 mg; Fosfor: 1517.95 mg; Żelazo: 11.19 mg; Magnez: 324.14 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>czwartek 2026-03-05</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek naturalny 100g ( <b>MLE</b> ), Szynka piastowska 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Miód sztukowy 1szt., Rukola 5g, Pomidor b/skóry 40g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml ( <b>SOJ, MLE</b> ),                                             | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350ml ( <b>GLU,SEL</b> ), Pierogi leniwe gotowane 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), z musem owocowym 100g, Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                             | Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <b>GOR, SEL, SOJ, MLE</b> ), Ketchup 15g, Szynka Juhasa 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1 szt ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Salata maslowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml,                                   |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2729.53 kcal; Białko ogółem: 116.24g; Tłuszcz ogółem: 97.91g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; Kw. tł. nasycone: 44.96g; Sól: 6.71g; Sód: 1836.81 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31g; W tym cukry: 54.17g; WW: 35.25 Por; Potas: 3366.76 mg; Wapń: 825.00 mg; Fosfor: 1486.25 mg; Żelazo: 10.54 mg; Magnez: 296.45 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>czwartek 2026-03-05</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek naturalny 100g ( <b>MLE</b> ), Szynka piastowska 60g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Rukola 5g, Rzodkiewka czerwona 30g, Pomidor b/skóry 40g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml ( <b>SOJ, MLE</b> ),                                                                       | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 350ml ( <b>GLU,SEL</b> ), Kaszotto duszone z pieczarkami, papryką 400g ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot owocowy b/c 250ml                                                                                                                                                                                            | Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <b>GOR, SEL, SOJ, MLE</b> ), Szynka Juhasa 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Ogórek świeży b/skóry 30g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                                                         |
| II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Kefir 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2374.77 kcal; Białko ogółem: 122.52g; Tłuszcz ogółem: 87.45g; Węglowodany ogółem: 290.56g; Kw. tł. nasycone: 41.09g; Sól: 6.95g; Sód: 1931.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; W tym cukry: 50.62g; WW: 29.25 Por; Potas: 3619.73 mg; Wapń: 959.39 mg; Fosfor: 1986.88 mg; Żelazo: 13.82 mg; Magnez: 410.70 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>czwartek 2026-03-05</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>czwartek 2026-03-05</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Zupa krem z dyni 700ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| II Śniadanie: Sok marchwiowy 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Kefir 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2124.73 kcal; Białko ogółem: 66.49g; Tłuszcz ogółem: 64.76g; Węglowodany ogółem: 318.60 g; Kw. tł. nasycone: 38.75g; Sól: 3.48g; Sód: 1231.98 mg; Błonnik pokarmowy: 25.53g; W tym cukry: 79.53g; WW: 32.02 Por; Potas: 3361.72 mg; Wapń: 1347.72 mg; Fosfor: 1345.20 mg; Żelazo: 6.72 mg; Magnez: 262.62 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>czwartek 2026-03-05</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Chleb pszenny 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek naturalny 100g ( <b>MLE</b> ), Miód sztukowy 1szt., Szynka piastowska mielona 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                 | Zupa krem z dyni 350ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Filet z piersi kurczaka gotowany zmielony 100g, Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos śmietanowy 100ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Marchewka gotowana puree 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                       | Chleb pszenny 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt ( <b>MLE</b> ), Parówka drobiowa mielona 1szt. ( <b>GOR, SEL, SOJ, MLE</b> ), Szynka Juhasa mielona 40g ( <b>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                            |
| II Śniadanie: Sok marchwiowy 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Kefir 1szt. ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2580.03 kcal; Białko ogółem: 119.12g; Tłuszcz ogółem: 62.20g; Węglowodany ogółem: 327.71g; Kw. tł. nasycone: 30.08g; Sól: 7.92g; Sód: 2000.70 mg; Błonnik pokarmowy: 24.82g; W tym cukry: 46.20g; WW: 32.89 Por; Potas: 3451.96 mg; Wapń: 726.84 mg; Fosfor: 1248.18 mg; Żelazo: 6.38 mg; Magnez: 233.05 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| piątek 2026-03-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 40g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Bułka grahamka 1szt. ( <i>GLU</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajka z zieleniną 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Szynka piastowska 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Salata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/s 40g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),             | Zupa zacierkowa 350ml ( <i>JAJ, GLU, SEL</i> ), Ryba pieczona panierowana 100g ( <i>GLU, JAJ, RYB</i> ), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka Coleslaw 150g ( <i>MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                      | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Serek wiejski 1szt. ( <i>MLE</i> ), Szynka Juhasa 60g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Dżem 1szt., Ogórek świeży b/s 30g, Salata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Mandarynka 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2866.14 kcal; Białko ogółem: 131.73g; Tłuszcz ogółem: 122.74g; Węglowodany ogółem: 322.76g; Kw. tł. nasycone: 49.73g; Sól: 8.39g; Sód: 1813.83 mg; Błonnik pokarmowy: 32.60g; W tym cukry: 59.12g; WW: 32.31 Por; Potas: 3551.11 mg; Wapń: 812.78 mg; Fosfor: 1314.78 mg; Żelazo: 9.61 mg; Magnez: 314.20 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-03-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 40g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Bułka pszenna 1szt. ( <i>GLU</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajka z zieleniną 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Szynka piastowska 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                     | Zupa zacierkowa 350ml ( <i>JAJ, GLU, SEL</i> ), Ryba duszona 100g ( <i>RYB</i> ), Sos grecki z warzywami 250ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                 | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Serek wiejski 1szt. ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt., Szynka Juhasa 60g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Salata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata owocowa b/c 250ml                                               |
| II Śniadanie: Mus warzywny 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2920.05 kcal; Białko ogółem: 147.55g; Tłuszcz ogółem: 112.31g; Węglowodany ogółem: 290.09g; Kw. tł. nasycone: 44.35g; Sól: 8.11g; Sód: 1439.54 mg; Błonnik pokarmowy: 28.54g; W tym cukry: 55.76g; WW: 29.11 Por; Potas: 4061.19 mg; Wapń: 741.63 mg; Fosfor: 1265.15 mg; Żelazo: 8.27 mg; Magnez: 275.53 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-03-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb graham 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Bułka grahamka 1szt. ( <i>GLU</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajka z zieleniną 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Szynka piastowska 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Salata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), | Zupa zacierkowa 350ml ( <i>JAJ, GLU, SEL</i> ), Ryba duszona 100g ( <i>RYB</i> ), Sos grecki z warzywami 250ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Kompot owocowy b/c 250ml                                                                                                                                                             | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Szynka Juhasa 60g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Serek wiejski 1szt. ( <i>MLE</i> ), Ogórek świeży b/s 30g, Salata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa b/c 250ml                                                              |
| II Śniadanie: Mandarynka 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: Salatką z pomidorkami i mozzarellą 100g ( <i>MLE</i> )                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 3064.99 kcal; Białko ogółem: 153.52g; Tłuszcz ogółem: 109.50g; Węglowodany ogółem: 385.41g; Kw. tł. nasycone: 44.57g; Sól: 9.07g; Sód: 2297.33 mg; Błonnik pokarmowy: 44.48g; W tym cukry: 56.43g; WW: 38.68 Por; Potas: 4815.39 mg; Wapń: 832.37 mg; Fosfor: 1776.59 mg; Żelazo: 14.78 mg; Magnez: 456.46 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-03-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ) Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-03-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zupa krem z brokuła 700ml ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2067.83 kcal; Białko ogółem: 63.45g; Tłuszcz ogółem: 64.07g; Węglowodany ogółem: 307.46g; Kw. tł. nasycone: 38.32g; Sól: 3.02g; Sód: 1090.69 mg; Błonnik pokarmowy: 21.39g; W tym cukry: 62.96g; WW: 30.87 Por; Potas: 3177.88 mg; Wapń: 1075.24 mg; Fosfor: 1202.73 mg; Żelazo: 5.76 mg; Magnez: 241.75 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| piątek 2026-03-06                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajka z zieleniną 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Szynka piastowska mielona 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                                                                                         | Zupa krem z brokuła 350ml ( <i>SEL</i> ), Ryba duszona mielona 100g ( <i>RYB</i> ), Sos śmietanowy 100ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                           | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Serek wiejski 1szt. ( <i>MLE</i> ), Szynka Juhasa mielona 60g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Dżem 1szt., Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                                                 |
| II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2721.19 kcal; Białko ogółem: 144.35g; Tłuszcz ogółem: 74.20g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Kw. tł. nasycone: 37.10g; Sól: 6.87g; Sód: 1761.53 mg; Błonnik pokarmowy: 23.37g; W tym cukry: 40.83g; WW: 31.84 Por; Potas: 3490.84 mg; Wapń: 704.45 mg; Fosfor: 1133.07 mg; Żelazo: 5.66 mg; Magnez: 223.61 mg;

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| sobota 2026-03-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 350ml ( <i>MLE</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml | Zupa buraczkowa z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Żeberka pieczone 100g, Sos pieczeniowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka po żydowsku 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                          | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Galareta rybna z warzywami 100g ( <i>RYB, SEL</i> ), Schab szlachecki 40g ( <i>SOJ</i> ), Ser żółty 20g ( <i>MLE</i> ), Ogórek kiszony 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Jabłko 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2664.33 kcal; Białko ogółem: 115.24g; Tłuszcz ogółem: 106.61g; Węglowodany ogółem: 329.17g; Kw. tł. nasycone: 43.31g; Sól: 9.19g; Sód: 2230.37 mg; Błonnik pokarmowy: 34.54g; W tym cukry: 59.34g; WW: 33.07 Por; Potas: 3391.43 mg; Wapń: 646.07 mg; Fosfor: 1035.60 mg; Żelazo: 10.58 mg; Magnez: 283.89 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| sobota 2026-03-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 350ml ( <i>MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                       | Zupa buraczkowa z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Schab ze śliwką pieczony 100g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sos pieczeniowy 50ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Kalafior gotowany na parze 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                        | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Galareta rybna z warzywami 100g ( <i>RYB, SEL</i> ), Schab szlachecki 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml              |
| II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2115.56 kcal; Białko ogółem: 109.74g; Tłuszcz ogółem: 72.64g; Węglowodany ogółem: 278.01g; Kw. tł. nasycone: 36.20g; Sól: 7.88g; Sód: 1303.29 mg; Błonnik pokarmowy: 31.06g; W tym cukry: 60.34g; WW: 27.97 Por; Potas: 3542.39 mg; Wapń: 434.73 mg; Fosfor: 859.22 mg; Żelazo: 9.63 mg; Magnez: 228.82 mg;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| sobota 2026-03-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 350ml ( <i>MLE</i> ), Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Papryka świeża 40g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                           | Zupa buraczkowa z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Schab ze śliwką pieczony 100g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sos pieczeniowy 50ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka po żydowsku 150g, Kompot owocowy b/c 250ml                                                                                                                           | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Galareta rybna z warzywami 100g ( <i>RYB, SEL</i> ), Schab szlachecki 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Ogórek kiszony 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                            |
| II Śniadanie: Jabłko 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2231.32 kcal; Białko ogółem: 112.54g; Tłuszcz ogółem: 81.95g; Węglowodany ogółem: 293.78g; Kw. tł. nasycone: 38.55g; Sól: 8.81g; Sód: 1736.17 mg; Błonnik pokarmowy: 36.90g; W tym cukry: 59.82g; WW: 29.55 Por; Potas: 3929.51 mg; Wapń: 525.00 mg; Fosfor: 1144.38 mg; Żelazo: 12.57 mg; Magnez: 346.77 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| sobota 2026-03-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11 g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| sobota 2026-03-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Zupa krem z kalafiora wzmocniony mięsem 700ml ( <i>MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                             | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                     |
| II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2269.90 kcal; Białko ogółem: 104.15g; Tłuszcz ogółem: 73.86g; Węglowodany ogółem: 298.04g; Kw. tł. nasycone: 44.18g; Sól: 3.70g; Sód: 1226.55 mg; Błonnik pokarmowy: 24.37g; W tym cukry: 69.58g; WW: 29.97 Por; Potas: 3245.55 mg; Wapń: 1109.30 mg; Fosfor: 1433.50 mg; Żelazo: 6.50 mg; Magnez: 265.20 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| sobota 2026-03-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i> ), Schab z gór mielony 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                           | Zupa krem z kalafiora 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Schab ze śliwką pieczony zmielony 100g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Kalafior gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml,                                                                                                                              | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Schab szlachecki mielony ( <i>SOJ</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                         |
| II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2477.87 kcal; Białko ogółem: 116.24g; Tłuszcz ogółem: 65.15g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; Kw. tł. nasycone: 33.73g; Sól: 8.17g; Sód: 1407.98 mg; Błonnik pokarmowy: 23.15g; W tym cukry: 34.23g; WW: 30.77 Por; Potas: 2769.44 mg; Wapń: 370.34 mg; Fosfor: 748.52 mg; Żelazo: 5.76 mg; Magnez: 174.40 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| niedziela 2026-03-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i> ), Ketchup 15g, Kurczak gotowany 40g ( <i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml | Rosół z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Kotlet schabowy pieczony 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                  | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka z makaronem orzo 160g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR</i> ), Szynka Juhasa 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Rzodkiewka czerwona 30g, Papryka świeża 30g, Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2581.20 kcal; Białko ogółem: 118.30g; Tłuszcz ogółem: 91.20g; Węglowodany ogółem: 300.11g; Kw. tł. nasycone: 31.86g; Sól: 9.24g; Sód: 1958.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.62g; W tym cukry: 44.65g; WW: 30.22 Por; Potas: 3536.81 mg; Wapń: 477.77 mg; Fosfor: 1176.38 mg; Żelazo: 13.07 mg; Magnez: 309.05 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2026-03-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i> ), Ketchup 15g, Kurczak gotowany 40g ( <i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                           | Rosół z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Zraz wieprzowy ze schabu duszony 100g, Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                    | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka z makaronem orzo 160g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR</i> ), Szynka Juhasa 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Mus warzywny 1szt., Herbata owocowa b/c 250ml    |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2425.73 kcal; Białko ogółem: 114.02g; Tłuszcz ogółem: 90.56g; Węglowodany ogółem: 298.47g; Kw. tł. nasycone: 38.01g; Sól: 8.85g; Sód: 1829.16 mg; Błonnik pokarmowy: 28.54g; W tym cukry: 37.09g; WW: 29.99 Por; Potas: 3043.24 mg; Wapń: 441.76 mg; Fosfor: 995.31 mg; Żelazo: 9.72 mg; Magnez: 253.03 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2026-03-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i> ), Kurczak gotowany 40g ( <i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                                                      | Rosół z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Zraz wieprzowy ze schabu duszony 100g, Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot owocowy b/c 250ml                                                                                                                                                        | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka z makaronem orzo 160g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR</i> ), Szynka Juhasa 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Rzodkiewka czerwona 30g, Papryka świeża 30g, Herbata owocowa b/c 250ml                                                  |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek: Mix warzyw w słupkach 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2368.02 kcal; Białko ogółem: 113.19g; Tłuszcz ogółem: 88.94g; Węglowodany ogółem: 300.11g; Kw. tł. nasycone: 38.08g; Sól: 8.84g; Sód: 1873.43 mg; Błonnik pokarmowy: 34.50g; W tym cukry: 42.34g; WW: 30.31 Por; Potas: 3725.66 mg; Wapń: 505.14 mg; Fosfor: 1244.94 mg; Żelazo: 14.47 mg; Magnez: 357.28 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2026-03-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34 g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2026-03-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Zupa krem z marchwi 700ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek: Sok owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2169.00 kcal; Białko ogółem: 85.85g; Tłuszcz ogółem: 56.32g; Węglowodany ogółem: 234.49g; Kw. tł. nasycone: 24.10g; Sól: 2.45g; Sód: 859.85 mg; Błonnik pokarmowy: 19.70g; W tym cukry: 70.78g; WW: 23.65 Por; Potas: 3724.25 mg; Wapń: 763.75 mg; Fosfor: 1245.50 mg; Żelazo: 5.68 mg; Magnez: 256.10 mg;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2026-03-08                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Parówka drobiowa mielona 1szt. ( <i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i> ), Kurczak gotowany mielony 40g ( <i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                         | Zupa krem z marchwi 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Zraz wieprzowy ze schabu duszony zmielony 100g, Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                       | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.M 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Szynka Juhasa mielona 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, SEL, MLE, GOR</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                                            |
| II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek: Sok owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2515.55 kcal; Białko ogółem: 108.97g; Tłuszcz ogółem: 66.27g; Węglowodany ogółem: 319.03 g; Kw. tł. nasycone: 31.14g; Sól: 7.47g; Sód: 1873.81 mg; Błonnik pokarmowy: 24.67g; W tym cukry: 52.37g; WW: 32.08 Por; Potas: 3183.09 mg; Wapń: 444.59 mg; Fosfor: 830.87 mg; Żelazo: 6.85 mg; Magnez: 196.26 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| poniedziałek 2026-03-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twarożek z ziarnami i ziołami 100g ( <i>MLE</i> ), Schab benedyktyński 40g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Powidła - 1szt., Rzodkiewka czerwona 30g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Sałata masłowa 10g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml ( <i>SOJ, MLE</i> ), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Makaron spaghetti pełnoziarnisty 250g ( <i>GLU</i> ), Sos a'la bolognese z marchewką i cukinią 250g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml         | Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka ziemniaczana 160g ( <i>SOJ, MLE, SEL</i> ), Piersz delikatna z kurnej półki 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 40g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2677.26 kcal; Białko ogółem: 118.64g; Tłuszcz ogółem: 77.70g; Węglowodany ogółem: 383.46g; Kw. tł. nasycone: 40.46g; Sól: 6.10g; Sód: 1380.34 mg; Błonnik pokarmowy: 32.22g; W tym cukry: 54.85g; WW: 38.57 Por; Potas: 4067.39 mg; Wapń: 810.77 mg; Fosfor: 1505.32 mg; Żelazo: 11.69 mg; Magnez: 344.04 mg;                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| poniedziałek 2026-03-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twarożek z ziołami 100g ( <i>MLE</i> ), Schab benedyktyński 40g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Powidła - 1szt., Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml ( <i>SOJ, MLE</i> ),                                                              | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Makaron spaghetti 250g ( <i>GLU</i> ), Sos a'la bolognese z marchewką i cukinią 250g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml                        | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło 20g( <i>MLE</i> ), Sałatka ziemniaczana 160g ( <i>SOJ, MLE, SEL</i> ), Piersz delikatna z kurnej półki 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                          |
| II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2449.23 kcal; Białko ogółem: 115.08g; Tłuszcz ogółem: 62.90g; Węglowodany ogółem: 361.27g; Kw. tł. nasycone: 34.24g; Sól: 6.00g; Sód: 1340.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.47g; W tym cukry: 53.04g; WW: 36.28 Por; Potas: 3849.70 mg; Wapń: 752.56 mg; Fosfor: 1373.71 mg; Żelazo: 10.97 mg; Magnez: 314.76 mg;                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| poniedziałek 2026-03-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twarożek z ziarnami i ziołami 100g ( <i>MLE</i> ), Schab benedyktyński 40g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml ( <i>SOJ, MLE</i> ),                                                                                                  | Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml ( <i>GLU, MLE, SEL</i> ), Makaron spaghetti pełnoziarnisty 250g ( <i>GLU</i> ), Sos a'la bolognese z marchewką i cukinią 250g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml     | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka ziemniaczana 160g ( <i>SOJ, MLE, SEL</i> ), Piersz delikatna z kurnej półki 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 40g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Herbata czarna b/c 250ml                                                  |
| II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2686.57 kcal; Białko ogółem: 127.44g; Tłuszcz ogółem: 54.93g; Węglowodany ogółem: 369.50g; Kw. tł. nasycone: 26.57g; Sól: 5.47g; Sód: 1439.85 mg; Błonnik pokarmowy: 33.23g; W tym cukry: 43.58g; WW: 37.23 Por; Potas: 4116.64 mg; Wapń: 793.85 mg; Fosfor: 1602.81 mg; Żelazo: 12.76 mg; Magnez: 388.65 mg;                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| poniedziałek 2026-03-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                    | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| poniedziałek 2026-03-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zupa krem z brokuła 700ml ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2212.83 kcal; Białko ogółem: 72.55g; Tłuszcz ogółem: 70.27g; Węglowodany ogółem: 322.06g; Kw. tł. nasycone: 42.58g; Sól: 3.04g; Sód: 1101.69 mg; Błonnik pokarmowy: 21.39g; W tym cukry: 62.96g; WW: 32.37 Por; Potas: 3193.88 mg; Wapń: 1080.24 mg; Fosfor: 1203.73 mg; Żelazo: 5.86 mg; Magnez: 243.75 mg;                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| poniedziałek 2026-03-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twarożek z ziołami 100g ( <i>MLE</i> ), Schab benedyktyński mielony 40g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Powidła - 1szt., Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                   | Zupa krem z brokuła 350ml ( <i>SEL</i> ), Filet drobiowy gotowany zmielony 100g, Sos śmietanowy 100ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot owocowy 250ml | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka ziemniaczana rozdrobiona 160g ( <i>SOJ, MLE, SEL</i> ), Piersz delikatna z kurnej półki mielona 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                |
| II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2602.46 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz ogółem: 51.08 g; Węglowodany ogółem: 354.13 g; Kw. tł. nasycone: 28.72 g; Sól: 5.85 g; Sód: 1472.47 mg; Błonnik: 25.27 g; W tym cukry: 34.85 g; WW: 35.60 Por; Potas: 3734.05 mg; Wapń: 479.05 mg; Fosfor: 1081.04 mg; Żelazo: 5.87 mg; Magnez: 229.30 mg;

---

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| wtorek 2026-03-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa ml. z ryżem 350ml ( <i>MLE</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Szynka od teścia 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Salata masłowa 10g, Papryka świeża 30g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), | Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Filet z piersi kurczaka gotowany 100g, Sos porowy 100ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchewki i selera 150g ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                     | Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 100g ( <i>MLE</i> ), Szynka tostowa 40g ( <i>MLE, GOR</i> ), Dżem 1szt., Ogórek świeży b/skóry 30g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa b/c 250ml |
| II Śniadanie: Banan 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2487.12 kcal; Białko ogółem: 115.08g; Tłuszcz ogółem: 52.04g; Węglowodany ogółem: 335.92g; Kw. tł. nasycone: 18.44g; Sól: 6.67g; Sód: 1335.73 mg; Błonnik pokarmowy: 33.22g; W tym cukry: 94.32g; WW: 33.96 Por; Potas: 4511.61 mg; Wapń: 769.18 mg; Fosfor: 1479.34 mg; Żelazo: 9.55 mg; Magnez: 361.86 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| wtorek 2026-03-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa ml. z ryżem 350ml ( <i>MLE</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Szynka od teścia 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Salata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                              | Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ( <i>MLE</i> ), Sos śmietanowy 100ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                               | Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 100g ( <i>MLE</i> ), Szynka tostowa 40g ( <i>MLE, GOR</i> ), Dżem 1szt., Salata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata owocowa b/c 250ml                               |
| II Śniadanie: Banan 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2505.81 kcal; Białko ogółem: 118.42g; Tłuszcz ogółem: 81.66g; Węglowodany ogółem: 333.61g; Kw. tł. nasycone: 43.37g; Sól: 5.65g; Sód: 1269.72 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; W tym cukry: 93.17g; WW: 33.70 Por; Potas: 4374.05 mg; Wapń: 753.04 mg; Fosfor: 1290.77 mg; Żelazo: 9.75 mg; Magnez: 315.63 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| wtorek 2026-03-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa ml. z ryżem 350ml ( <i>MLE</i> ), Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Szynka od teścia 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 30g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Salata masłowa 10g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                                  | Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ( <i>MLE</i> ), Sos śmietanowy 100ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchewki i selera 150g ( <i>SEL</i> ), Kompot owocowy b/c 250ml                                                                | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twaróg krojony 100g ( <i>MLE</i> ), Szynka tostowa 40g ( <i>MLE, GOR</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Rzodkiewka czerwona 30g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Herbata owocowa b/c 250ml                       |
| II Śniadanie: Jabłko 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: Kefir 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2752.85 kcal; Białko ogółem: 140.40g; Tłuszcz ogółem: 81.13g; Węglowodany ogółem: 313.80g; Kw. tł. nasycone: 38.11g; Sól: 7.69g; Sód: 1409.14 mg; Błonnik pokarmowy: 36.79g; W tym cukry: 72.01g; WW: 31.64 Por; Potas: 4218.26 mg; Wapń: 806.40 mg; Fosfor: 1607.03 mg; Żelazo: 11.31 mg; Magnez: 370.02 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| wtorek 2026-03-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| wtorek 2026-03-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa krem z buraka 700ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                |
| II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek: Kefir 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2266.92 kcal; Białko ogółem: 73.25g; Tłuszcz ogółem: 68.41g; Węglowodany ogółem: 338.01g; Kw. tł. nasycone: 40.92g; Sól: 3.54g; Sód: 1327.24 mg; Błonnik pokarmowy: 22.95g; W tym cukry: 93.55g; WW: 34.00 Por; Potas: 3670.95 mg; Wapń: 1511.61 mg; Fosfor: 1438.28 mg; Żelazo: 8.47 mg; Magnez: 279.18 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| wtorek 2026-03-10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.L 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Szynka od teścia mielona 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ),                                                                                                     | Zupa krem z buraka 350ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona mielona 100g ( <i>MLE</i> ), Sos śmietanowy 100ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                          | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twaróg naturalny 100g ( <i>MLE</i> ), Szynka tostowa mielona 40g ( <i>MLE, GOR</i> ), Dżem 1szt., Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                               |
| II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek: Kefir 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2545.52 kcal; Białko ogółem: 126.67 g; Tłuszcz ogółem: 51.63 g; Węglowodany ogółem: 338.30 g; Kw. tł. nasycone: 31.06 g; Sól: 5.88 g; Sód: 1538.41 mg; Błonnik: 21.89 g; W tym cukry: 60.56 g; WW: 34.09 Por; Potas: 3791.71 mg; Wapń: 904.05 mg; Fosfor: 1269.59 mg; Żelazo: 8.52 mg; Magnez: 244.44 mg;

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| środa 2026-03-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb graham 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek z suszonymi pomidorami i bazylią 100g ( <b>MLE</b> ), Schab szlachecki 40g ( <b>SOJ</b> ), Ogórek świeży b/skóry 30g, Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa b/c 250ml | Zupa selerowa z ryżem 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Pieczeń ze schabu duszona 100g, Sos pieczeniowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                       | Chleb graham 30g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 160g ( <b>JAJ, SEL, MLE</b> ), Pierś delikatna z kunej półki 40g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i oliwą 100g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2447.37 kcal; Białko ogółem: 113.89g; Tłuszcz ogółem: 63.85g; Węglowodany ogółem: 298.68g; Kw. tł. nasycone: 18.03g; Sól: 7.64g; Sód: 1559.67 mg; Błonnik pokarmowy: 35.91g; W tym cukry: 53.88g; WW: 30.08 Por; Potas: 4100.69 mg; Wapń: 598.57 mg; Fosfor: 1425.50 mg; Żelazo: 13.82 mg; Magnez: 329.79 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-03-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Chleb pszenny 30g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Schab szlachecki 40g ( <b>SOJ</b> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata owocowa b/c 250ml                                                                        | Zupa selerowa z ryżem 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Pieczeń ze schabu duszona 100g, Sos pieczeniowy 50ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Brokuł gotowany na parze 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                          | Chleb pszenny 30g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <b>GLU, SOJ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 160g ( <b>JAJ, SEL, MLE</b> ), Pierś delikatna z kunej półki 40g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml                                             |
| II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i oliwą 100g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2281.82 kcal; Białko ogółem: 114.81g; Tłuszcz ogółem: 52.84g; Węglowodany ogółem: 278.41g; Kw. tł. nasycone: 16.84g; Sól: 5.79g; Sód: 1501.02 mg; Błonnik pokarmowy: 30.34g; W tym cukry: 42.81g; WW: 28.10 Por; Potas: 3992.11 mg; Wapń: 566.22 mg; Fosfor: 1311.20 mg; Żelazo: 11.88 mg; Magnez: 301.86 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-03-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek z suszonymi pomidorami i bazylią 100g ( <b>MLE</b> ), Schab szlachecki 40g ( <b>SOJ</b> ), Ogórek świeży b/skóry 30g, Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa b/c 250ml                                                  | Zupa selerowa z ryżem 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Pieczeń ze schabu duszona 100g, Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Sos pieczeniowy 50ml ( <b>GLU</b> ), Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot owocowy b/c 250ml                                                                                                                                    | Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa 160g ( <b>JAJ, SEL, MLE</b> ), Pierś delikatna z kunej półki 40g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 40g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                                  |
| II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i oliwą 100g ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2502.86 kcal; Białko ogółem: 125.73g; Tłuszcz ogółem: 64.02g; Węglowodany ogółem: 308.62g; Kw. tł. nasycone: 21.03g; Sól: 6.60g; Sód: 1628.22 mg; Błonnik pokarmowy: 37.93g; W tym cukry: 42.75g; WW: 31.09 Por; Potas: 4194.19 mg; Wapń: 604.62 mg; Fosfor: 1550.70 mg; Żelazo: 15.29 mg; Magnez: 380.68 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-03-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Zupa pooperacyjna 350ml ( <b>MLE, SEL, DWU</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-03-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Zupa krem z dyni 700ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| II Śniadanie: Sok warzywny 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 1971.60 kcal; Białko ogółem: 69.17g; Tłuszcz ogółem: 66.88g; Węglowodany ogółem: 272.84g; Kw. tł. nasycone: 40.10g; Sól: 5.50g; Sód: 1186.73 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13g; W tym cukry: 70.74g; WW: 27.31 Por; Potas: 2162.88 mg; Wapń: 1084.27 mg; Fosfor: 1116.07 mg; Żelazo: 4.37 mg; Magnez: 194.17 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-03-11                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Chleb pszenny 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Twarożek z koperkiem 100g ( <b>MLE</b> ), Schab szlachecki zmielony 40g ( <b>SOJ</b> ), Dżem 1szt., Herbata owocowa b/c 250ml                                                                                                                          | Zupa krem z dyni 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Pieczeń ze schabu duszona zmielona 100g, Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos ziolowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Brokuł gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                        | Chleb pszenny 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Sałatka jarzynowa rozdrobiona 160g ( <b>JAJ, SEL, MLE</b> ), Pierś delikatna z kunej półki zmielona 40g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                  |
| II Śniadanie: Sok warzywny 200ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml ( <b>MLE</b> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2177.22 kcal; Białko ogółem: 109.67g; Tłuszcz ogółem: 43.92g; Węglowodany ogółem: 276.65g; Kw. tł. nasycone: 15.20g; Sól: 7.36 g; Sód: 1326.68 mg; Błonnik pokarmowy: 27.38g; W tym cukry: 72.29g; WW: 27.90 Por; Potas: 3493.72 mg; Wapń: 471.17 mg; Fosfor: 1198.05 mg; Żelazo: 9.83 mg; Magnez: 272.64 mg;

| Oddział: CO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>czwartek 2026-03-12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajkiem, rybą i koperkiem 80g ( <i>JAJ, RYB, MLE</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Herbata czarna b/c 250ml | Zupa barszcz czerwony 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Gulasz węgierski wieprzowy duszony 250g ( <i>GLU, SEL</i> ), Kasza jęczmienna 200g ( <i>GLU</i> ), Surówka z ogórka kiszzonego 150g, Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                     | Chleb graham 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka z surowych warzyw z winegret 100g ( <i>GOR</i> ), Szynka od teścia 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Papryka świeża 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml                |
| II Śniadanie: Twarożek grani 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2441.15 kcal; Białko ogółem: 133.18g; Tłuszcz ogółem: 79.93g; Węglowodany ogółem: 237.34g; Kw. tł. nasycone: 33.14g; Sól: 9.81g; Sód: 2408.80 mg; Błonnik pokarmowy: 28.54g; W tym cukry: 44.88g; WW: 23.77 Por; Potas: 3003.55 mg; Wapń: 532.61 mg; Fosfor: 1365.85 mg; Żelazo: 11.88 mg; Magnez: 337.75 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>czwartek 2026-03-12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajkiem, rybą i koperkiem 80g ( <i>JAJ, RYB, MLE</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml                           | Zupa barszcz czerwony 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Gulasz drobiowy duszony z marchewką i cukinią 250g ( <i>GLU</i> ), Kasza jęczmienna 200g ( <i>GLU</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                 | Chleb pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Chleb pszenno-żytni 80g ( <i>GLU, SOJ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 50g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Szynka od teścia 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Jabłko pieczone z cynamonem 1szt., Herbata czarna b/c 250ml |
| II Śniadanie: Twarożek grani 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2396.44 kcal; Białko ogółem: 126.10g; Tłuszcz ogółem: 72.62g; Węglowodany ogółem: 255.67g; Kw. tł. nasycone: 34.10g; Sól: 8.78g; Sód: 1659.33 mg; Błonnik pokarmowy: 27.81g; W tym cukry: 57.34g; WW: 25.49 Por; Potas: 2640.97 mg; Wapń: 492.76 mg; Fosfor: 1174.59 mg; Żelazo: 9.54 mg; Magnez: 250.39 mg;   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>czwartek 2026-03-12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa ml. z płatkami owsianymi 350ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasta z jajkiem, rybą i koperkiem 80g ( <i>JAJ, RYB, MLE</i> ), Schab z gór 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Ogórek świeży b/skóry 30g, Pomidor b/skóry 40g, Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                  | Zupa barszcz czerwony 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Gulasz drobiowy duszony z marchewką i cukinią 250g ( <i>GLU</i> ), Kasza jęczmienna 200g ( <i>GLU</i> ), Surówka z ogórka kiszzonego 150g, Kompot owocowy b/c 250ml                                                                                                                                           | Chleb graham 110g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka z surowych warzyw z winegret 100g ( <i>GOR</i> ), Szynka od teścia 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Sałata masłowa 10g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml                                                                 |
| II Śniadanie: Twarożek grani 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek: Galaretką z owocami b/c 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2292.18 kcal; Białko ogółem: 120.83g; Tłuszcz ogółem: 68.64g; Węglowodany ogółem: 246.25g; Kw. tł. nasycone: 31.19g; Sól: 9.90 g; Sód: 2493.41 mg; Błonnik pokarmowy: 30.70g; W tym cukry: 40.47g; WW: 24.71 Por; Potas: 2891.97 mg; Wapń: 540.64 mg; Fosfor: 1457.67 mg; Żelazo: 12.82 mg; Magnez: 389.43 mg; |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>czwartek 2026-03-12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Zupa pooperacyjna 350ml ( <i>MLE, SEL, DWU</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Kw. tł. nasycone: 16.70g; Sól: 0.74g; Sód: 295.50 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57g; W tym cukry: 15.03g; WW: 10.14 Por; Potas: 1190.40 mg; Wapń: 155.40 mg; Fosfor: 303.90 mg; Żelazo: 3.06 mg; Magnez: 80.10 mg;        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>czwartek 2026-03-12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Zupa krem z selera 700ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Kisiel z mlekiem 100ml ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2132.03 kcal; Białko ogółem: 69.02g; Tłuszcz ogółem: 65.99g; Węglowodany ogółem: 317.76 g; Kw. tł. nasycone: 39.68g; Sól: 3.49g; Sód: 1277.33 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99g; W tym cukry: 78.24g; WW: 31.99 Por; Potas: 3595.50 mg; Wapń: 1246.29 mg; Fosfor: 1384.16 mg; Żelazo: 6.35 mg; Magnez: 270.45 mg;  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>czwartek 2026-03-12</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Zupa mleczna wzmocniona 350ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Jajko got. na twardo kl.M 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Schab z gór zmielony 40g ( <i>GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                   | Zupa krem z selera 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Udko z kurczaka duszone zmielone 100g, Sos ziołowy 100ml ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchew gotowana puree 150g, Kompot owocowy 200ml                                                                                                                                                        | Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), Szynka od teścia zmielona 40g ( <i>SOJ</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Herbata czarna b/c 250ml                                                                                                                     |
| II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek: Kisiel z mlekiem 100ml ( <i>MLE</i> ),                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2456.37 kcal; Białko ogółem: 116.43g; Tłuszcz ogółem: 84.04g; Węglowodany ogółem: 265.34g; Kw. tł. nasycone: 40.80g; Sól: 8.50g; Sód: 1362.68 mg; Błonnik pokarmowy: 25.09g; W tym cukry: 29.79g; WW: 26.64 Por; Potas: 3159.93 mg; Wapń: 396.69 mg; Fosfor: 863.87 mg; Żelazo: 6.18 mg; Magnez: 219.40 mg;    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |



