

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, MLE), Chleb pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb graham 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g (GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR), Szynka tostowa 40g (MLE, GOR), Serek Tartare 1szt. (MLE), Rukola 5g, Ogórek kiszony 40g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLE, SEL, GLU), Gołąbek duszony 100g (JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb graham 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Salátka z drobnym makaronem i ogórkiem 160g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), Kurczak gotowany 40g (SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU), Ser żółty 20g (MLE), Papryka świeża 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt. (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.82 kcal; Białko ogółem: 100.42g; Tłuszcz ogółem: 63.34g; Węglowodany ogółem: 316.59g; Kw. tł. nasycone: 24.61g; Sól: 8.38g; Sód: 1709.17 mg; Błonnik pokarmowy: 30.69g; W tym cukry: 52.98g; WW: 31.94 Por; Potas: 4223.14 mg; Wapń: 624.54 mg; Fosfor: 1086.26 mg; Żelazo: 11.83 mg; Magnez: 313.83 mg;

środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, MLE), Chleb pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb pszenny 30g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g (GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR), Szynka tostowa 40g (MLE, GOR), Serek Tartare 1szt. (MLE), Rukola 5g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLE, SEL, GLU), Klopsik drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ), Chleb pszenny 30g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Salátka z drobnym makaronem 160g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), Kurczak gotowany 40g (SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU), Serek Kiri (17g) 1szt. (MLE), Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt., Jogurt naturalny 1szt. (MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2729.20 kcal; Białko ogółem: 122.20g; Tłuszcz ogółem: 76.51g; Węglowodany ogółem: 337.42g; Kw. tł. nasycone: 35.39g; Sól: 8.49g; Sód: 1354.48 mg; Błonnik pokarmowy: 30.04g; W tym cukry: 64.43g; WW: 33.91 Por; Potas: 4223.64 mg; Wapń: 425.70 mg; Fosfor: 926.96 mg; Żelazo: 10.60 mg; Magnez: 268.33 mg;

środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, MLE), Chleb graham 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g (GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR), Szynka tostowa 40g (MLE, GOR), Serek Tartare 1szt. (MLE), Rukola 5g, Ogórek kiszony 40g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLE, SEL, GLU), Klopsik drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy 100ml (GLU), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g (GLU), Kompot owocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Salátka z drobnym makaronem i ogórkiem 160g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL), Kurczak gotowany 40g (SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU), Serek Kiri (17g) 1szt. (MLE), Pomidor b/skóry 40g, Papryka świeża 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (MLE),	Podwieczorek: Podplomyki b/c 2szt. (GLU, SOJ, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2731.23 kcal; Białko ogółem: 125.00g; Tłuszcz ogółem: 76.14g; Węglowodany ogółem: 344.01g; Kw. tł. nasycone: 36.32g; Sól: 9.47g; Sód: 1728.66 mg; Błonnik pokarmowy: 33.40g; W tym cukry: 47.61g; WW: 34.71 Por; Potas: 4299.13 mg; Wapń: 452.25 mg; Fosfor: 1175.95 mg; Żelazo: 13.39 mg; Magnez: 367.79 mg;

środa 2025-12-31 Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna		
Zupa pooperacyjna 350ml (MLE, SEL, DWU), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (MLE, SEL, DWU), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (MLE, SEL, DWU), 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 2025-12-31 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z marchwi 700ml (MLE, SEL), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (MLE),	Podwieczorek: Kisiel z mlekiem 100ml (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2186.43 kcal; Białko ogółem: 65.98g; Tłuszcz ogółem: 71.48g; Węglowodany ogółem: 320.34g; Kw. tł. nasycone: 41.30g; Sól: 3.46g; Sód: 1264.54 mg; Błonnik pokarmowy: 23.75g; W tym cukry: 84.41g; WW: 32.20 Por; Potas: 3406.48 mg; Wapń: 1229.89 mg; Fosfor: 1303.54 mg; Żelazo: 5.88 mg; Magnez: 259.48 mg;

środa 2025-12-31		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ), Chleb pszenny 110g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g (GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR), Szyńka tostowa mielona 40g (MLE, GOR), Serek Tartare 1szt. (MLE), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z marchwi 350ml (MLE, SEL), Klopsik z indyka gotowany zmielony 100g (GLU, JAJ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos pomidorowy 100ml (GLU), Buraczki gotowane puree 150g (GLU), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (GLU, SOJ), Masło sztukowe 10g 2szt. (MLE), Jajko got. 1szt. (JAJ),Kurczak gotowany zmielony 40g (SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU), Serek Kiri (17g) 1szt. (MLE), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (MLE),	Podwieczorek: Kisiel z mlekiem 100ml (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2864.44 kcal; Białko ogółem: 128.80g; Tłuszcz ogółem: 83.45g; Węglowodany ogółem: 343.83g; Kw. tł. nasycone: 42.02g; Sól: 6.88g; Sód: 1574.14 mg; Błonnik pokarmowy: 24.03g; W tym cukry: 66.04g; WW: 34.53 Por; Potas: 3671.09 mg; Wapń: 530.37 mg; Fosfor: 914.06 mg; Żelazo: 7.79 mg; Magnez: 227.33 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-01	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział	
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>), Twarożek z brzoskwinia 100g (<i>MLE</i>), Schab benedykta 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Salata maslowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>),	Rosół z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot owocowy 250ml Babka piaskowa 60g (<i>GLU, JAJ, 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>), Kurczak w galarecie 100g, Szynka z komina 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Pomidor b/skóry 40g, Salata maslowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2675.40 kcal; Białko ogółem: 125.07g; Tłuszcz ogółem: 67.46g; Węglowodany ogółem: 331.40g; Kw. tł. nasycone: 21.28g; Sól: 8.79g; Sód: 1346.18 mg; Błonnik pokarmowy: 29.30g; W tym cukry: 70.80g; WW: 33.33 Por; Potas: 3783.45 mg; Wapń: 849.04 mg; Fosfor: 1504.13 mg; Żelazo: 10.77 mg; Magnez: 334.26 mg;		
czwartek 2026-01-01	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział	
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>), Twarożek z brzoskwinia 100g (<i>MLE</i>), Schab benedykta 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata maslowa 10g, Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>),	Rosół z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze 150g Kompot owocowy 250ml Babka piaskowa 60g (<i>GLU, JAJ, 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>), Kurczak w galarecie 100g, Szynka z komina 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata maslowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2757.43 kcal; Białko ogółem: 129.72g; Tłuszcz ogółem: 59.59g; Węglowodany ogółem: 363.61g; Kw. tł. nasycone: 21.30g; Sól: 8.80g; Sód: 1348.92 mg; Błonnik pokarmowy: 27.27g; W tym cukry: 88.46g; WW: 36.54 Por; Potas: 3474.50 mg; Wapń: 792.03 mg; Fosfor: 1424.47 mg; Żelazo: 10.01 mg; Magnez: 292.31 mg;		
czwartek 2026-01-01	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>), Twarożek naturalny 100g (<i>MLE</i>), Schab benedykta 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 30g, Kakao gotowane na mleku b/c 250ml (<i>SOJ, MLE</i>),	Rosół z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kompot owocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Kurczak w galarecie 100g, Szynka z komina 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Pomidor b/skóry 40g, Salata maslowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
Podwieczorek: Serek wiejski 1szt. (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2596.66 kcal; Białko ogółem: 126.12g; Tłuszcz ogółem: 63.89g; Węglowodany ogółem: 327.00g; Kw. tł. nasycone: 21.45g; Sól: 8.84g; Sód: 1413.99 mg; Błonnik pokarmowy: 30.65g; W tym cukry: 63.17g; WW: 32.98 Por; Potas: 3849.14 mg; Wapń: 852.72 mg; Fosfor: 1650.19 mg; Żelazo: 11.98 mg; Magnez: 384.58 mg;		
czwartek 2026-01-01	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;		
czwartek 2026-01-01	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>),	Zupa krem z kalafiora 700ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
Podwieczorek: Kefir 1szt. (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.45 kcal; Białko ogółem: 73.96g; Tłuszcz ogółem: 70.21g; Węglowodany ogółem: 334.44g; Kw. tł. nasycone: 41.98g; Sól: 3.41g; Sód: 1285.94 mg; Błonnik pokarmowy: 21.45g; W tym cukry: 108.84g; WW: 33.64 Por; Potas: 3029.11 mg; Wapń: 1518.14 mg; Fosfor: 1456.60 mg; Żelazo: 5.87 mg; Magnez: 264.22 mg;		
czwartek 2026-01-01	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 naturalny 100g (<i>MLE</i>), Schab benedykta mielony 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Kakao gotowane na mleku 250ml (<i>SOJ, MLE</i>),	Zupa krem z kalafiora 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka gotowane zmielone 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>), Pasztet Zdzicha wieprzowy 50g (<i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i>), Szynka z komina zmielona 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
Podwieczorek: Kefir 1szt. (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2652.27 kcal; Białko ogółem: 118.66g; Tłuszcz ogółem: 68.79g; Węglowodany ogółem: 338.22g; Kw. tł. nasycone: 32.35g; Sól: 5.98g; Sód: 1576.72 mg; Błonnik pokarmowy: 22.88g; W tym cukry: 75.75g; WW: 34.04 Por; Potas: 3252.72 mg; Wapń: 918.08 mg; Fosfor: 1280.69 mg; Żelazo: 6.13 mg; Magnez: 230.23 mg;		

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-02	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział	
Zupa ml. z ryżem 350ml (<i>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>), Szynka piastowska 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ogórek świeży b/s 30g, Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ryba pieczona w ziołach 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z marchwi 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>), Dżem 1szt.,Kurczak gotowany 40g (<i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Rzodkiewka czerwona 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Mandarynka 1szt.		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.24 kcal; Białko ogółem: 113.26g; Tłuszcz ogółem: 54.67g; Węglowodany ogółem: 310.21g; Kw. tł. nasycone: 16.50g; Sól: 5.25g; Sód: 1501.26 mg; Błonnik pokarmowy: 34.10g; W tym cukry: 68.73g; WW: 31.19 Por; Potas: 3797.76 mg; Wapń: 547.60 mg; Fosfor: 1350.09 mg; Żelazo: 10.02 mg; Magnez: 313.45 mg;	
piątek 2026-01-02	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział	
Zupa ml. z ryżem 350ml (<i>MLE</i>), Chleb pszenno-żytni 40g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Bułka kajzerka pszenna 1szt. (<i>GLU, SOJ, MLE</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>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Ryba pieczona w ziołach 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Marchew junior gotowana 150g, 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>), Twaróg krojony 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt., Kurczak gotowany 40g (<i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt (<i>MLE</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2456.58 kcal; Białko ogółem: 122.67g; Tłuszcz ogółem: 61.75g; Węglowodany ogółem: 291.48g; Kw. tł. nasycone: 21.95g; Sól: 3.79g; Sód: 881.14 mg; Błonnik pokarmowy: 20.22g; W tym cukry: 54.65g; WW: 29.38 Por; Potas: 2851.33 mg; Wapń: 415.87 mg; Fosfor: 1046.82 mg; Żelazo: 6.26 mg; Magnez: 202.81 mg;	
piątek 2026-01-02	Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział	
Zupa ml. z ryżem 350ml (<i>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>), Ogórek świeży b/s 30g, Sałata masłowa 10g, Rzodkiewka czerwona 30g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE,SEL</i>), Ryba pieczona w ziołach 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z marchwi 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>), Kurczak gotowany 60g (<i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Rzodkiewka czerwona 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mandarynka 1szt.	Podwieczorek: Sok pomidorowy 1szt.	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2510.34 kcal; Białko ogółem: 128.12g; Tłuszcz ogółem: 63.79g; Węglowodany ogółem: 298.80g; Kw. tł. nasycone: 22.60g; Sól: 5.34g; Sód: 1500.46 mg; Błonnik pokarmowy: 32.58g; W tym cukry: 61.48g; WW: 30.05 Por; Potas: 3646.56 mg; Wapń: 523.60 mg; Fosfor: 1335.69 mg; Żelazo: 9.78 mg; Magnez: 299.85 mg;	
piątek 2026-01-02	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;	
piątek 2026-01-02	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	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 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 1szt.	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1956.95 kcal; Białko ogółem: 66.82g; Tłuszcz ogółem: 66.66g; Węglowodany ogółem: 269.74g; Kw. tł. nasycone: 39.98g; Sól: 3.33g; Sód: 1117.45 mg; Błonnik pokarmowy: 17.29g; W tym cukry: 66.10g; WW: 27.04 Por; Potas: 1834.85 mg; Wapń: 1043.85 mg; Fosfor: 1039.60 mg; Żelazo: 3.81 mg; Magnez: 175.90 mg;	
piątek 2026-01-02	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>), Szynka piastowska zmielona 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z selera 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba pieczona zmielona 100g (<i>RYB</i>), Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU,MLE</i>), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchew gotowana puree 150g (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Twarożek naturalny 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt., Kurczak gotowany zmielony 40g (<i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Sok pomidorowy 1szt.	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2595.30 kcal; Białko ogółem: 129.31g; Tłuszcz ogółem: 65.40g; Węglowodany ogółem: 321.73g; Kw. tł. nasycone: 32.93g; Sól: 4.93 g; Sód: 1685.73 mg; Błonnik pokarmowy: 24.20g; W tym cukry: 62.97g; WW: 32.36 Por; Potas: 3195.82 mg; Wapń: 788.46 mg; Fosfor: 1227.23 mg; Żelazo: 4.80 mg; Magnez: 211.37 mg;	

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-03	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>), Parówka drobiowa 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Ketchup 15g, Schab benedyktyński 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Kurczak po chińsku gotowany 200g (<i>GLU</i>), Ryż gotowany na sypko 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>), Sałatka jarzynowa 160g (<i>JAJ, SEL, MLE</i>), Szynka drewnem wędzona 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Papryka świeża 30g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2471.23 kcal; Białko ogółem: 111.37g; Tłuszcz ogółem: 63.75g; Węglowodany ogółem: 300.71g; Kw. tł. nasycone: 23.99g; Sól: 6.24g; Sód: 2193.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.41g; W tym cukry: 57.91g; WW: 30.15 Por; Potas: 3750.49 mg; Wapń: 748.21 mg; Fosfor: 1375.01 mg; Żelazo: 11.75 mg; Magnez: 322.88 mg;	
sobota 2026-01-03	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>), Parówka drobiowa 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Ketchup 15g, Schab benedyktyński 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet drobiowy faszerowany szpinakiem duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ryż gotowany na sypko 200g, Brokuł gotowany na parze 150g, 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>), Sałatka jarzynowa 160g (<i>JAJ, SEL, MLE</i>), Szynka drewnem wędzona 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek Kiri (17g) 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2632.87 kcal; Białko ogółem: 121.34g; Tłuszcz ogółem: 82.47g; Węglowodany ogółem: 288.06g; Kw. tł. nasycone: 35.72g; Sól: 6.72g; Sód: 1935.36 mg; Błonnik pokarmowy: 29.46 g; W tym cukry: 46.92g; WW: 28.94 Por; Potas: 3345.70 mg; Wapń: 523.86 mg; Fosfor: 1156.92 mg; Żelazo: 10.90 mg; Magnez: 289.06 mg;	
sobota 2026-01-03	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>), Parówka drobiowa 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Schab benedyktyński 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Filet drobiowy faszerowany szpinakiem duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ryż gotowany na sypko 200g, Surówka Coleslaw 150g (<i>MLE</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 jarzynowa 160g (<i>JAJ, SEL, MLE</i>), Szynka drewnem wędzona 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek Kiri (17g) 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Papryka świeża 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Marchew w słupkach 50g	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2622.77 kcal; Białko ogółem: 121.33g; Tłuszcz ogółem: 81.40g; Węglowodany ogółem: 298.95g; Kw. tł. nasycone: 36.23g; Sól: 6.50g; Sód: 1951.92 mg; Błonnik pokarmowy: 35.48g; W tym cukry: 43.90g; WW: 30.03 Por; Potas: 3647.23 mg; Wapń: 608.85 mg; Fosfor: 1343.08 mg; Żelazo: 13.16 mg; Magnez: 364.57 mg;	
sobota 2026-01-03	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;	
sobota 2026-01-03	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z dyni 700ml (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Sok bananowy 1szt.	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.63 kcal; Białko ogółem: 65.29g; Tłuszcz ogółem: 70.67g; Węglowodany ogółem: 341.83g; Kw. tł. nasycone: 42.21g; Sól: 3.25g; Sód: 1181.27 mg; Błonnik pokarmowy: 28.14g; W tym cukry: 87.39g; WW: 34.39 Por; Potas: 3746.08 mg; Wapń: 1261.57 mg; Fosfor: 1279.12 mg; Żelazo: 7.32 mg; Magnez: 261.39 mg;	
sobota 2026-01-03	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 zmielona 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Schab benedyktyński zmielony 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z dyni 350ml (<i>GLU, MLE</i>), Filet drobiowy faszerowany szpinakiem duszony zmielony 100g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki gotowane puree 200g, Brokuł gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Sałatka jarzynowa rozdrobniona 160g (<i>JAJ, SEL, MLE</i>), Szynka drewnem wędzona zmielona 40g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek Kiri (17g) 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Sok bananowy 1szt.	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2936.76 kcal; Białko ogółem: 126.76g; Tłuszcz ogółem: 93.81g; Węglowodany ogółem: 335.47g; Kw. tł. nasycone: 44.24g; Sól: 6.65g; Sód: 1966.52 mg; Błonnik pokarmowy: 28.73g; W tym cukry: 49.45g; WW: 33.72 Por; Potas: 4038.53 mg; Wapń: 573.58 mg; Fosfor: 1003.10 mg; Żelazo: 8.33 mg; Magnez: 256.72 mg;	

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie		Obiad Podwieczorek
Kolacja Posiłek nocny		
niedziela 2026-01-04		Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 350ml (<i>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>), Pasta z tuńczyka 100g (<i>JAJ, RYB, MLE</i>), Szynka z komina 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 40g, Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml		Zupa zacierkowa 350ml (<i>GLU, SEL, JAJ</i>), Pieczeń rzymska pieczona 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pieczarkowy 100ml (<i>GLU, MLE</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>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 30g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml		
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2625.70 kcal; Białko ogółem: 105.39g; Tłuszcz ogółem: 75.76g; Węglowodany ogółem: 322.13g; Kw. tł. nasycone: 26.49g; Sól: 8.24g; Sód: 1617.67 mg; Błonnik pokarmowy: 27.66 g; W tym cukry: 64.54g; WW: 32.44 Por; Potas: 3171.98 mg; Wapń: 426.80 mg; Fosfor: 894.60 mg; Żelazo: 10.56 mg; Magnez: 252.34 mg;		
niedziela 2026-01-04		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>), Paprykarz 100g (<i>RYB</i>), Szynka z komina 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml		Zupa zacierkowa 350ml (<i>GLU, SEL, JAJ</i>), Zraz nadziewany marchewką duszony 100g (<i>GLU, SOJ</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. 1szt. (<i>JAJ</i>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Warzywa pieczone z ziołami 100g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml		
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2877.14 kcal; Białko ogółem: 117.41g; Tłuszcz ogółem: 83.31g; Węglowodany ogółem: 356.71g; Kw. tł. nasycone: 27.85g; Sól: 10.63g; Sód: 2288.82 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71g; W tym cukry: 71.80g; WW: 35.87 Por; Potas: 3638.57 mg; Wapń: 429.28 mg; Fosfor: 944.23 mg; Żelazo: 10.51 mg; Magnez: 248.28 mg;		
niedziela 2026-01-04		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>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 40g, Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml		Zupa zacierkowa 350ml (<i>GLU, SEL, JAJ</i>), Zraz nadziewany marchewką duszony 100g (<i>GLU, SOJ</i>), 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>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 30g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml		
II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),		Podwieczorek: Sałatka z winegret 100g (<i>GOR</i>)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2719.55 kcal; Białko ogółem: 116.94g; Tłuszcz ogółem: 77.59g; Węglowodany ogółem: 339.60g; Kw. tł. nasycone: 28.20g; Sól: 11.29g; Sód: 2624.54 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; W tym cukry: 61.36g; WW: 34.18 Por; Potas: 3579.12 mg; Wapń: 438.09 mg; Fosfor: 1154.80 mg; Żelazo: 13.01 mg; Magnez: 332.81 mg;		
niedziela 2026-01-04		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: 15.57 g; 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 2026-01-04		Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 250ml		Zupa krem z białych warzyw 700ml (<i>MLE, SEL</i>), Kompot owocowy 250ml
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 250ml		
II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.		Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.69 kcal; Białko ogółem: 74.02g; Tłuszcz ogółem: 67.09g; Węglowodany ogółem: 344.29g; Kw. tł. nasycone: 40.46g; Sól: 3.63g; Sód: 1235.43 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99g; W tym cukry: 82.56g; WW: 34.58 Por; Potas: 3454.70 mg; Wapń: 1136.39 mg; Fosfor: 1292.16 mg; Żelazo: 6.25 mg; Magnez: 258.45 mg;		
niedziela 2026-01-04		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 50g (<i>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</i>), Szynka z komina mielona 40g (<i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml		Zupa krem z białych warzyw 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Zraz nadziewany marchewką duszony mielony 100g (<i>GLU, SOJ</i>), Sos ziołowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane puree 200g, Brokuł gotowany puree 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>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml		
II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.		Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2681.71 kcal; Białko ogółem: 110.00g; Tłuszcz ogółem: 67.58g; Węglowodany ogółem: 354.97g; Kw. tł. nasycone: 32.43g; Sól: 9.60g; Sód: 1477.70 mg; Błonnik pokarmowy: 25.60g; W tym cukry: 56.60g; WW: 35.55 Por; Potas: 3266.55 mg; Wapń: 427.76 mg; Fosfor: 772.54 mg; Żelazo: 6.02 mg; Magnez: 196.68 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-05	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział	
Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml (<i>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 ziamami i ziolami 100g (<i>MLE</i>), Szynka drewnem wędzona 40g (<i>SOJ, MLE,SEL</i>), Dżem 1szt., Rzodkiewka czerwona 30g, Ogórek świeży b/skóry 30g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z mięsem drobiowym 350ml (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe gotowane z masłem, cukrem i cynamonem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt naturalny 1szt. (<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>), Parówka drobiowa 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Ketchup 15g, Szynka tostowa 40g (<i>MLE, GOR</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i oliwą 100g (<i>MLE</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2730.54 kcal; Białko ogółem: 108.05g; Tłuszcz ogółem: 84.61g; Węglowodany ogółem: 329.36g; Kw. tł. nasycone: 29.01g; Sól: 5.43g; Sód: 1948.95 mg; Błonnik pokarmowy: 27.13g; W tym cukry: 50.34g; WW: 33.14 Por; Potas: 3166.20 mg; Wapń: 628.51 mg; Fosfor: 1363.12 mg; Żelazo: 12.01 mg; Magnez: 302.52 mg;	
poniedziałek 2026-01-05	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział	
Zupa ml. z kaszą jaglaną 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>), Twarożek z ziolami 100g (<i>MLE</i>), Szynka drewnem wędzona 40g (<i>SOJ, MLE,SEL</i>), Dżem 1szt., Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z mięsem drobiowym 350ml (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe gotowane z masłem, cukrem i cynamonem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</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>), Parówka drobiowa 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Ketchup 15g, Szynka tostowa 40g (<i>MLE, GOR</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Jabłko pieczone z cynamonem 1szt., Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i oliwą 100g (<i>MLE</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2827.63 kcal; Białko ogółem: 111.04g; Tłuszcz ogółem: 80.12g; Węglowodany ogółem: 361.86g; Kw. tł. nasycone: 28.72g; Sól: 5.35g; Sód: 1917.37 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11g; W tym cukry: 67.40g; WW: 36.37 Por; Potas: 3554.48 mg; Wapń: 585.87 mg; Fosfor: 1276.65 mg; Żelazo: 11.48 mg; Magnez: 277.50 mg;	
poniedziałek 2026-01-05	Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział	
Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml (<i>MLE</i>), Chleb graham 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Twarożek z ziamami i ziolami 100g (<i>MLE</i>), Szynka drewnem wędzona 60g (<i>SOJ, MLE,SEL</i>), Rzodkiewka czerwona 30g, Ogórek świeży b/s 30g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z mięsem drobiowym 350ml (<i>GLU, SEL</i>), Risotto z ryżu brązowego duszone z warzywami 400g, Kompot owocowy b/c 250ml	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>), Szynka tostowa 40g (<i>MLE, GOR</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i oliwą 100g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2459.92 kcal; Białko ogółem: 99.18g; Tłuszcz ogółem: 68.31g; Węglowodany ogółem: 311.09g; Kw. tł. nasycone: 23.23g; Sól: 5.06g; Sód: 1869.88 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88g; W tym cukry: 34.32g; WW: 31.36 Por; Potas: 3051.19 mg; Wapń: 595.57 mg; Fosfor: 1383.45 mg; Żelazo: 13.79 mg; Magnez: 340.59 mg;	
poniedziałek 2026-01-05	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;	
poniedziałek 2026-01-05	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 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 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2191.57 kcal; Białko ogółem: 67.31g; Tłuszcz ogółem: 65.13g; Węglowodany ogółem: 332.90g; Kw. tł. nasycone: 39.31g; Sól: 3.41g; Sód: 1198.59 mg; Błonnik pokarmowy: 22.52g; W tym cukry: 87.17g; WW: 33.50 Por; Potas: 3226.40 mg; Wapń: 1237.21 mg; Fosfor: 1150.11 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 243.18 mg;	
poniedziałek 2026-01-05	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 naturalny 100g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt., Szynka drewnem wędzona mielona 40g (<i>SOJ, MLE,SEL</i>), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z buraka 350ml (<i>GLU, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany zmielony 100g, Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki gotowane puree 150g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa zmielona 1szt. (<i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i>), Szynka tostowa mielona 40g (<i>MLE, GOR</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.66 kcal; Białko ogółem: 121.02g; Tłuszcz ogółem: 62.28g; Węglowodany ogółem: 327.21g; Kw. tł. nasycone: 30.46g; Sól: 5.37g; Sód: 1924.35 mg; Błonnik pokarmowy: 21.33g; W tym cukry: 54.63g; WW: 32.96 Por; Potas: 3438.71 mg; Wapń: 667.03 mg; Fosfor: 1078.33 mg; Żelazo: 9.00 mg; Magnez: 219.88 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-06	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział	
Zupa ml. z zacierką 350ml (<i>GLU, MLE, JAJ</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>), Schab benedyktyński 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Ogórek kiszony 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa buraczkowa z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Filet drobiowy pieczony z mozzarellą i pomidorami suszonymi 100g (<i>SOJ, MLE</i>), Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z pora i kukurydzy 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>), Salatkę grecką 160g (<i>MLE, GOR</i>), Pierś delikatna premium 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Serek homogenizowany naturalny 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2726.25 kcal; Białko ogółem: 123.60g; Tłuszcz ogółem: 85.72g; Węglowodany ogółem: 318.66g; Kw. tł. nasycone: 32.77g; Sól: 10.80g; Sód: 2233.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.93g; W tym cukry: 50.42g; WW: 32.02 Por; Potas: 3416.95 mg; Wapń: 650.92 mg; Fosfor: 1065.95 mg; Żelazo: 9.79 mg; Magnez: 278.88 mg;		
wtorek 2026-01-06	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział	
Zupa ml. z zacierką 350ml (<i>GLU, MLE, JAJ</i>), Chleb pszenno-żytni 80g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb pszenno-żytni 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 benedyktyński 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa buraczkowa z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Filet drobiowy gotowany 100g (<i>SOJ, MLE</i>), Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150g, Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenno-żytni 80g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Chleb pszenno-żytni 30g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Salatkę ryżową z kurczakiem i ananase 100g (<i>MLE</i>), Pierś delikatna premium 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Mus owocowo-warzywny 1szt., Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2602.96 kcal; Białko ogółem: 109.02g; Tłuszcz ogółem: 55.33g; Węglowodany ogółem: 365.85g; Kw. tł. nasycone: 19.18g; Sól: 8.82g; Sód: 1219.97 mg; Błonnik pokarmowy: 27.83g; W tym cukry: 64.16g; WW: 36.74 Por; Potas: 2993.17 mg; Wapń: 393.01 mg; Fosfor: 859.97 mg; Żelazo: 7.63 mg; Magnez: 219.56 mg;		
wtorek 2026-01-06	Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział	
Zupa ml. z zacierką 350ml (<i>GLU, MLE, JAJ</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 benedyktyński 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Ogórek kiszony 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa buraczkowa z makaronem 350ml (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), Filet drobiowy pieczony z mozzarellą i pomidorami suszonymi 100g (<i>SOJ, MLE</i>), Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot owocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Salatkę grecką 160g (<i>MLE, GOR</i>), Pierś delikatna premium 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Serek homogenizowany naturalny 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2649.12 kcal; Białko ogółem: 117.48g; Tłuszcz ogółem: 77.76g; Węglowodany ogółem: 329.07g; Kw. tł. nasycone: 29.93g; Sól: 10.13g; Sód: 2250.75 mg; Błonnik pokarmowy: 35.09g; W tym cukry: 51.89g; WW: 33.09 Por; Potas: 3625.05 mg; Wapń: 643.22 mg; Fosfor: 1198.32 mg; Żelazo: 11.71 mg; Magnez: 327.40 mg;		
wtorek 2026-01-06	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
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;		
wtorek 2026-01-06	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 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 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2251.42 kcal; Białko ogółem: 67.31g; Tłuszcz ogółem: 65.13g; Węglowodany ogółem: 347.87g; Kw. tł. nasycone: 39.31g; Sól: 3.42g; Sód: 1198.74 mg; Błonnik pokarmowy: 22.52g; W tym cukry: 102.14g; WW: 35.00 Por; Potas: 3226.70 mg; Wapń: 1237.36 mg; Fosfor: 1150.11 mg; Żelazo: 8.31 mg; Magnez: 243.18 mg;		
wtorek 2026-01-06	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Chleb pszenno-żytni 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 benedyktyński mielony 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z buraka 350ml (<i>GLU, SEL</i>), Filet z piersi kurczaka gotowany mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenno-żytni 110g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt. (<i>JAJ</i>), Pierś delikatna premium mielona 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Mus owocowo-warzywny 1szt., Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel z mlekiem 100ml (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2918.61 kcal; Białko ogółem: 122.63g; Tłuszcz ogółem: 64.85g; Węglowodany ogółem: 411.22g; Kw. tł. nasycone: 26.76g; Sól: 9.08g; Sód: 1438.62 mg; Błonnik pokarmowy: 25.64g; W tym cukry: 83.51g; WW: 41.25 Por; Potas: 3033.16 mg; Wapń: 615.39 mg; Fosfor: 1098.09 mg; Żelazo: 6.62 mg; Magnez: 234.65 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-07	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>), Pasta z jajka z zieleniną 100g (<i>JAJ, MLE</i>), Szynka piastowska 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ser żółty 20g (<i>MLE</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i brzoskwini 150g (<i>MLE, SEL</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>), Twarożek grani 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka tostowa 40g (<i>MLE, GOR</i>), Miód sztukowy 1szt., Ogórek świeży b/skóry 30g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa 250ml
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200ml (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2298.35 kcal; Białko ogółem: 101.93g; Tłuszcz ogółem: 52.92g; Węglowodany ogółem: 294.22g; Kw. tł. nasycone: 19.50g; Sól: 7.91g; Sód: 1820.61 mg; Błonnik pokarmowy: 30.51g; W tym cukry: 56.45g; WW: 29.52 Por; Potas: 3227.16 mg; Wapń: 677.67 mg; Fosfor: 1245.10 mg; Żelazo: 8.95 mg; Magnez: 269.87 mg;		
środa 2026-01-07	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>), 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>), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 100g, 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>), Twarożek grani 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka tostowa 40g (<i>MLE, GOR</i>), Miód sztukowy 1szt., Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata owocowa 250ml
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy 200ml (<i>MLE</i>),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2530.51 kcal; Białko ogółem: 120.98g; Tłuszcz ogółem: 69.60g; Węglowodany ogółem: 292.97g; Kw. tł. nasycone: 30.45g; Sól: 8.32g; Sód: 1584.93 mg; Błonnik pokarmowy: 25.35g; W tym cukry: 56.89g; WW: 29.42 Por; Potas: 3161.61 mg; Wapń: 498.04 mg; Fosfor: 950.14 mg; Żelazo: 9.16 mg; Magnez: 223.19 mg;		
środa 2026-01-07	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>), 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>), Ogórek świeży b/skóry 30g, Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 100g, Ziemniaki gotowane koperkiem 200g, Surówka z selera i brzoskwini 150g (<i>MLE, 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>), Twarożek grani 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka tostowa 60g (<i>MLE, GOR</i>), Ogórek świeży b/skóry 30g, Rzodkiewka czerwona 30g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy b/c 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Biszkoty b/c 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2554.72 kcal; Białko ogółem: 126.87g; Tłuszcz ogółem: 70.66g; Węglowodany ogółem: 280.37g; Kw. tł. nasycone: 31.01g; Sól: 9.19g; Sód: 1704.67 mg; Błonnik pokarmowy: 33.31g; W tym cukry: 50.46g; WW: 28.16 Por; Potas: 3299.93 mg; Wapń: 518.95 mg; Fosfor: 1271.02 mg; Żelazo: 10.38 mg; Magnez: 315.23 mg;		
środa 2026-01-07	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
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: 15.03 g; 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 2026-01-07	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 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 owocowa 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kefir 1szt. (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2026.55 kcal; Białko ogółem: 72.37g; Tłuszcz ogółem: 68.88g; Węglowodany ogółem: 278.88g; Kw. tł. nasycone: 41.89g; Sól: 3.67g; Sód: 1254.78 mg; Błonnik pokarmowy: 22.13 g; W tym cukry: 75.88g; WW: 27.91 Por; Potas: 2361.98 mg; Wapń: 1243.82 mg; Fosfor: 1228.07 mg; Żelazo: 4.62 mg; Magnez: 211.17 mg;		
środa 2026-01-07	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>), Pasta z jajka z zieleniną 100g (<i>JAJ, MLE</i>), Serek Kiri (17g) 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka piastowska zmielona 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Herbata czarna 250ml,	Zupa krem z selera 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Udko z kurczaka gotowane zmielone 100g, Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Buraczki gotowane puree 150g (<i>GLU</i>), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (<i>GLU, SOJ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Twarożek grani 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka tostowa zmielona 40g (<i>MLE, GOR</i>), Miód sztukowy 1szt., Herbata owocowa 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kefir 1szt. (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2721.90 kcal; Białko ogółem: 143.56g; Tłuszcz ogółem: 75.12g; Węglowodany ogółem: 309.36g; Kw. tł. nasycone: 38.34g; Sól: 8.86g; Sód: 1799.91 mg; Błonnik pokarmowy: 21.10g; W tym cukry: 49.24g; WW: 30.99 Por; Potas: 2943.10 mg; Wapń: 626.89 mg; Fosfor: 984.35 mg; Żelazo: 6.27 mg; Magnez: 196.40 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-08	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>), Twarożek ze szczypiorkiem 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z piersi 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet schabowy pieczony 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z kapusty pekińskiej w sosie musztardowym 150g (<i>GOR</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>), Sałatka ziemniaczana 160g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt 8 zbóż 1szt. (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2709.00 kcal; Białko ogółem: 121.99g; Tłuszcz ogółem: 75.90g; Węglowodany ogółem: 326.10g; Kw. tł. nasycone: 25.39g; Sól: 6.91g; Sód: 1801.94 mg; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; W tym cukry: 65.40g; WW: 32.84 Por; Potas: 4623.00 mg; Wapń: 852.82 mg; Fosfor: 1724.10 mg; Żelazo: 12.29 mg; Magnez: 412.48 mg;	
czwartek 2026-01-08	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>), Twarożek z koperkiem 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z piersi 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab ze śliwką pieczony 100g, Sos ziołowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 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>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Sałatka ziemniaczana 160g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.17 kcal; Białko ogółem: 126.87g; Tłuszcz ogółem: 46.44g; Węglowodany ogółem: 313.58g; Kw. tł. nasycone: 19.79g; Sól: 7.74g; Sód: 1694.84 mg; Błonnik pokarmowy: 29.36g; W tym cukry: 66.94g; WW: 31.69 Por; Potas: 4533.22 mg; Wapń: 782.47 mg; Fosfor: 1489.19 mg; Żelazo: 10.72 mg; Magnez: 347.29 mg;	
czwartek 2026-01-08	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>), Twarożek ze szczypiorkiem 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z piersi 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Ogórek świeży b/skóry 40g, Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Kawa zbożowa na mleku b/c 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab ze śliwką pieczony 100g, Sos ziołowy 100ml (<i>GLU</i>), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z kapusty pekińskiej w sosie musztardowym 150g (<i>GOR</i>), Kompot owocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Schab benedykta 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Sałatka ziemniaczana 160g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Papryka świeża 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mix warzyw w słupkach 100g	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.05 kcal; Białko ogółem: 126.34g; Tłuszcz ogółem: 59.07g; Węglowodany ogółem: 281.88g; Kw. tł. nasycone: 20.68g; Sól: 6.72g; Sód: 1741.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; W tym cukry: 40.07g; WW: 28.50 Por; Potas: 4791.94 mg; Wapń: 837.17 mg; Fosfor: 1793.14 mg; Żelazo: 13.23 mg; Magnez: 441.05 mg;	
czwartek 2026-01-08	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
	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;	
czwartek 2026-01-08	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni 700ml (<i>GLU, MLE</i>), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata Czarna 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mus owocowy 1szt.	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.43 kcal; Białko ogółem: 78.44g; Tłuszcz ogółem: 71.12g; Węglowodany ogółem: 360.17g; Kw. tł. nasycone: 42.54g; Sól: 3.66g; Sód: 1277.18 mg; Błonnik pokarmowy: 26.95g; W tym cukry: 108.49 ; WW: 36.18 Por; Potas: 3582.12 mg; Wapń: 1501.42 mg; Fosfor: 1460.70 mg; Żelazo: 7.07 mg; Magnez: 280.62 mg;	
czwartek 2026-01-08	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>), Twarożek z koperkiem 100g (<i>MLE</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z piersi mielona 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Kawa zbożowa na mleku 250ml (<i>GLU, MLE</i>),	Zupa krem z dyni 350ml (<i>GLU, MLE</i>), Schab ze śliwką pieczony mielony 100g, 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>), Sałatka ziemniaczana rozdrobniona 160g (<i>SOJ, MLE, SEL</i>), Schab benedykta mielony 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i>), Serek Tartare 1szt. (<i>MLE</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Mus owocowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2851.89 kcal; Białko ogółem: 132.10g; Tłuszcz ogółem: 60.71g; Węglowodany ogółem: 393.64g; Kw. tł. nasycone: 32.08g; Sól: 9.12 g; Sód: 1573.35 mg; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; W tym cukry: 75.71g; WW: 39.58 Por; Potas: 4259.60 mg; Wapń: 832.50 mg; Fosfor: 1299.46 mg; Żelazo: 8.25 mg; Magnez: 263.94 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-09	Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział	
Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 1szt. (<i>GLU</i>), Chleb pszenno-żytni 40g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Szynka piastowska 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Powidła 1szt., Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży b/s 30g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryba pieczona panierowana 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kiszonej kapusty 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>), Twarożek z suszonymi pomidorami i bazylią 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z drobiu 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Papryka świeża 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2421.51 kcal; Białko ogółem: 97.07g; Tłuszcz ogółem: 50.93g; Węglowodany ogółem: 330.89g; Kw. tł. nasycone: 11.70g; Sól: 6.94g; Sód: 1732.08 mg; Błonnik pokarmowy: 35.31g; W tym cukry: 71.31g; WW: 33.35 Por; Potas: 4641.20 mg; Wapń: 513.94 mg; Fosfor: 1339.58 mg; Żelazo: 12.47 mg; Magnez: 397.70 mg;	
piątek 2026-01-09	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział	
Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml (<i>MLE</i>), Bułka kajzerka pszenna 1szt. (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Chleb pszenno-żytni 40g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Szynka piastowska 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryba duszona 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sos grecki z warzywami 250ml (<i>GLU, SEL</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>), Twarożek z ziołami 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z drobiu 40g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Powidła 1szt., Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2465.70 kcal; Białko ogółem: 113.35g; Tłuszcz ogółem: 38.87g; Węglowodany ogółem: 356.76g; Kw. tł. nasycone: 13.23g; Sól: 5.32g; Sód: 1060.86 mg; Błonnik pokarmowy: 36.41g; W tym cukry: 81.44 g; WW: 36.02 Por; Potas: 5356.28 mg; Wapń: 542.35 mg; Fosfor: 1359.85 mg; Żelazo: 11.87 mg; Magnez: 393.68 mg;	
piątek 2026-01-09	Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział	
Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml (<i>MLE</i>), Bułka grahamka 1szt (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Chleb graham 30g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>), Masło sztukowe 10g 2szt. (<i>MLE</i>), Jajko got.1szt. (<i>JAJ</i>), Szynka piastowska 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Pomidor b/skóry 40g, Ogórek świeży 30g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryba duszona 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sos grecki z warzywami 250ml (<i>GLU, 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>), Twarożek z suszonymi pomidorami i bazylią 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z drobiu 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Papryka świeża 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	Podwieczorek: Podplomyki b/c 2szt. (<i>GLU, SOJ, MLE</i>),	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2404.35 kcal; Białko ogółem: 114.51g; Tłuszcz ogółem: 39.36g; Węglowodany ogółem: 350.29g; Kw. tł. nasycone: 13.85g; Sól: 6.79g; Sód: 1545.72 mg; Błonnik pokarmowy: 42.32g; W tym cukry: 81.8g; WW: 35.41 Por; Potas: 5754.08 mg; Wapń: 575.01 mg; Fosfor: 1648.38 mg; Żelazo: 15.31 mg; Magnez: 497.02 mg;	
piątek 2026-01-09	Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna	
Zupa pooperacyjna 350ml (<i>MLE, SEL, DWU</i>), Herbata czarna b/c 350ml	Zupa pooperacyjna 350ml (<i>MLE, SEL, DWU</i>), Herbata czarna b/c 350ml	Zupa pooperacyjna 350ml (<i>MLE, SEL, DWU</i>), Herbata czarna b/c 350ml
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz ogółem: 26.31 g; 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 2026-01-09	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i>), Herbata czarna 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 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.29 kcal; Białko ogółem: 70.28g; Tłuszcz ogółem: 71.98g; Węglowodany ogółem: 337.61g; Kw. tł. nasycone: 43.74g; Sól: 3.59g; Sód: 1222.44 mg; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; W tym cukry: 68.77g; WW: 33.89 Por; Potas: 3565.28 mg; Wapń: 1119.79 mg; Fosfor: 1211.54 mg; Żelazo: 5.78 mg; Magnez: 247.48 mg;	
piątek 2026-01-09	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>), Jajko got. 1szt. (<i>JAJ</i>), Serek Haga 1szt. (<i>MLE</i>), Szynka piastowska mielona 40g (<i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z marchwi 350ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba duszona mielona 100g (<i>RYB</i>), Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos śmietanowy 100ml (<i>GLU, MLE</i>), Bukiet jarzyn 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>), Twarożek z ziołami 100g (<i>MLE</i>), Szynka delikatna z drobiu mielona 60g (<i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i>), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml (<i>MLE</i>),	
	Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2504.72 kcal; Białko ogółem: 121.48g; Tłuszcz ogółem: 50.39g; Węglowodany ogółem: 329.90g; Kw. tł. nasycone: 30.82g; Sól: 7.21 g; Sód: 1487.64 mg; Błonnik pokarmowy: 23.94g; W tym cukry: 33.65g; WW: 33.09 Por; Potas: 3584.96 mg; Wapń: 498.05 mg; Fosfor: 1032.76 mg; Żelazo: 5.63 mg; Magnez: 205.52 mg;	

Wydruk z MAPI Jadlospis 2.24.11.7

Jadlospis_Na_Oddzial_Ozdobny.fr3

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone