

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2025-12-31</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b></span>		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>GLU, 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> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <b>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</b> ), Szyńka tostowa 40g ( <b>MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Rukola 5g, Ogórek kiszony 40g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Gołąbek duszony 100g ( <b>JAJ</b> ), Sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g ( <b>GLU</b> ), 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 z drobnym makaronem i ogórkiem 160g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), Kurczak gotowany 40g ( <b>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</b> ), Ser żółty 20g ( <b>MLE</b> ), Papryka świeża 30g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt. ( <b>MLE</b> ),		

**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;

<b>środa 2025-12-31</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b></span>		
Zupa ml. z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>GLU, 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> ), Pasztet Zdzicha wieprzowy 80g ( <b>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</b> ), Szyńka tostowa 40g ( <b>MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Rukola 5g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLE, SEL, GLU</b> ), Klopsik drobiowy gotowany 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g ( <b>GLU</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> ), Sałatka z drobnym makaronem 160g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL</b> ), Kurczak gotowany 40g ( <b>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</b> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt., Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),		

**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;

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

**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;

<b>środa 2025-12-31</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna</b></span>		
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>środa 2025-12-31</b> <span style="float: right;"><b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b></span>		
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z marchwi 700ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),	Podwieczorek: Kisiel z mlekiem 100ml ( <b>MLE</b> ),	

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

**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;

środa 2025-12-31		Jadłospis dla diety: Kisiel	
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml	Herbata czarna b/c 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;			
środa 2025-12-31		Jadłospis dla diety: Kleik	
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml,	Herbata czarna b/c 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;			

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-01-01</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> ), Twarożek z brzoskwinia 100g ( <i>MLE</i> ), Schab benedykta 60g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Ogórek świeży b/skóry 40g, Sałata masłowa 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, Szyńka 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, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-01</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> ), Twarożek z brzoskwinia 100g ( <i>MLE</i> ), Schab benedykta 60g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 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, Szyńka z komina 40g ( <i>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-01</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> ), 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, Szyńka 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, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt.		Podwieczorek: Serek wiejski 1szt. ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-01</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 2026-01-01</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-01</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> ), 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> ), Szyńka 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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

czwartek 2026-01-01			Jadłospis dla diety: Kisiel		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;</p>					
czwartek 2026-01-01			Jadłospis dla diety: Kleik		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;</p>					

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
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> ), II Śniadanie: Mandarynka 1szt.	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
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
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> ), II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt ( <i>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
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>		
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> ), II Śniadanie: Mandarynka 1szt.	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
<b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 1szt.		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-02</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>piątek 2026-01-02</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Kawa zbożowa na mleku 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),	Zupa krem z selera 700ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Kompot owocowy 250ml <b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 1szt.	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Herbata czarna 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-02</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> ), Pasta z jajka z zieleniną 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Szynka piastowska mielona 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Serek Tartare 1szt. ( <i>MLE</i> ), Kawa zbożowa na mleku 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),	Zupa krem z selera 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Ryba pieczona mielona 100g ( <i>RYB</i> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchew gotowana puree 150g ( <i>GLU, MLE</i> ), Kompot owocowy 250ml <b>Podwieczorek:</b> Sok pomidorowy 1szt.	Chleb pszenny 110g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Twaróg naturalny 100g ( <i>MLE</i> ), Dżem 1szt., Kurczak gotowany zmielony 40g ( <i>SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU</i> ), Herbata czarna 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

piątek 2026-01-02			Jadłospis dla diety: Kisiel		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;</p>					
piątek 2026-01-02			Jadłospis dla diety: Kleik		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11 g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;</p>					

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-01-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
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> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2026-01-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
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> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2026-01-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>		
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
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2026-01-03</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>sobota 2026-01-03</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
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.
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>sobota 2026-01-03</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> ), Parówka drobiowa mielona 1szt. ( <i>GOR, SEL, SOJ, MLE</i> ), Schab benedyktyński mielony 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.
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

sobota 2026-01-03			Jadłospis dla diety: Kisiel		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;</p>					
sobota 2026-01-03			Jadłospis dla diety: Kleik		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78 g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;</p>					

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-01-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 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 100g ( <b>JAJ, RYB, MLE</b> ), Szyńka z komina 40g ( <b>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Ogórek kiszony 40g, Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa zacierkowa 350ml ( <b>GLU, SEL, JAJ</b> ), Pieczeń rzymska pieczona 100g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Sos pieczarkowy 100ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z buraczków 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> ), Jajko got. 1szt. ( <b>JAJ</b> ), Schab benedykta 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Ogórek świeży b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 30g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. ( <b>MLE</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2026-01-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 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> ), Paprykarz 100g ( <b>RYB</b> ), Szyńka z komina 40g ( <b>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa zacierkowa 350ml ( <b>GLU, SEL, JAJ</b> ), Zraz nadziewany marchewką duszony 100g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Sos ziołowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g ( <b>GLU</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> ), Jajko got. 1szt. ( <b>JAJ</b> ), Schab benedykta 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Warzywa pieczone z ziołami 100g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. ( <b>MLE</b> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2026-01-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>		
Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 350ml ( <b>MLE</b> ), Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Paprykarz 100g ( <b>RYB</b> ), Szyńka z komina 40g ( <b>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Ogórek kiszony 40g, Pomidor b/skóry 40g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa zacierkowa 350ml ( <b>GLU, SEL, JAJ</b> ), Zraz nadziewany marchewką duszony 100g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Sos ziołowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot owocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Jajko got. 1szt. ( <b>JAJ</b> ), Schab benedykta 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Ogórek świeży b/skóry 40g, Rzodkiewka czerwona 30g, Salata masłowa 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ),		Podwieczorek: Salatką z winogret 100g ( <b>GOR</b> )
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2026-01-04</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: 15.57 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;		
<b>niedziela 2026-01-04</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z białych warzyw 700ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.		Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml ( <b>MLE</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>niedziela 2026-01-04</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> ), Pasztet Zdżicha wieprzowy 50g ( <b>GLU, SOJ, SEL, JAJ, MLE, GOR</b> ), Szyńka z komina mielona 40g ( <b>MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z białych warzyw 350ml ( <b>MLE, SEL</b> ), Zraz nadziewany marchewką duszony mielony 100g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Sos ziołowy 100ml ( <b>GLU</b> ), Ziemniaki gotowane puree 200g, Brokuł gotowany puree 150g, Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Schab benedykta mielony 40g ( <b>SOJ, SEL, GOR, MLE</b> ), Jajko got. 1szt. ( <b>JAJ</b> ), Serek Haga 1szt. ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Mus owocowy 1szt.		Podwieczorek: Maślanka naturalna 200ml ( <b>MLE</b> ),

**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;

niedziela 2026-01-04		
Jadłospis dla diety: Kisiel		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;

niedziela 2026-01-04		
Jadłospis dla diety: Kleik		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-01-05</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 z ziamami i ziołami 100g ( <b>MLE</b> ), Szynka drewnem wędzona 40g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ), 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 ( <b>GLU, SEL</b> ), Pierogi leniwe gotowane z masłem, cukrem i cynamonem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> ), 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> ), Parówka drobiowa 1szt. ( <b>GOR, SEL, SOJ, MLE</b> ), Ketchup 15g, Szynka tostowa 40g ( <b>MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Ogórek świeży b/skóry 40g, Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plasterkach z fetą i oliwą 100g ( <b>MLE</b> )		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2026-01-05</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 z ziołami 100g ( <b>MLE</b> ), Szynka drewnem wędzona 40g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ), Dżem 1szt., Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Herbata czarna 250ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z mięsem drobiowym 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pierogi leniwe gotowane z masłem, cukrem i cynamonem 300g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), 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 tostowa 40g ( <b>MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Jabłko pieczone z cynamonem 1szt., Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plasterkach z fetą i oliwą 100g ( <b>MLE</b> )		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2026-01-05</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 z ziamami i ziołami 100g ( <b>MLE</b> ), Szynka drewnem wędzona 60g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ), 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 ( <b>GLU, SEL</b> ), Risotto z ryżu brązowego duszone z warzywami 400g, 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 tostowa 40g ( <b>MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Ogórek świeży b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Pomidor b/skóry 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plasterkach z fetą i oliwą 100g ( <b>MLE</b> )		
Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> )		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2026-01-05</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>poniedziałek 2026-01-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z buraka 700ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</b> ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. ( <b>MLE</b> )		
Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> )		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>poniedziałek 2026-01-05</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> ), Dżem 1szt., Szynka drewnem wędzona mielona 40g ( <b>SOJ, MLE, SEL</b> ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z buraka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Filet z piersi kurczaka gotowany zmielony 100g, Ziemniaki gotowane puree 200g, Sos śmietanowy 100ml ( <b>GLU, MLE</b> ), Buraczki gotowane puree 150g ( <b>GLU</b> ), Kompot owocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ( <b>GLU, SOJ</b> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <b>MLE</b> ), Parówka drobiowa zmielona 1szt. ( <b>GOR, SEL, SOJ, MLE</b> ), Szynka tostowa mielona 40g ( <b>MLE, GOR</b> ), Serek Tartare 1szt. ( <b>MLE</b> ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. ( <b>MLE</b> )		
Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ( <b>MLE</b> )		

**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;

<b>poniedziałek 2026-01-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Kisiel</b>		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;

<b>poniedziałek 2026-01-05</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Kleik</b>		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78 g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-01-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
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, Sałata 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> ), Sałatka grecka 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> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2026-01-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
Zupa ml. z zacierką 350ml ( <i>GLU, MLE, JAJ</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 benedyktyński 40g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata 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 pszenny 30g ( <i>GLU, SOJ</i> ), Masło sztukowe 10g 2szt. ( <i>MLE</i> ), Sałatka ryżowa z kurczakiem i ananase 100g ( <i>MLE</i> ), Pierś delikatna premium 40g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, MLE</i> ), Pomidor b/skóry 40g, Sałata masłowa 10g, Mus owocowo-warzywny 1szt., Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2026-01-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>		
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, Sałata 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> ), Sałatka grecka 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.
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2026-01-06</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>wtorek 2026-01-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
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> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>wtorek 2026-01-06</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> ), 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 zmielony 100g, 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> ), Jajko gotowane 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Pierś delikatna premium zmielona 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;

<b>wtorek 2026-01-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Kisiel</b>		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml , Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;

<b>wtorek 2026-01-06</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Kleik</b>		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
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> ), Szyunka 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> ), Szyunka 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> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>środa 2026-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
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> ), Szyunka 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> ), Szyunka 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> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>środa 2026-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>		
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> ), Szyunka 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> ), Szyunka 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: Biszkopty b/c 30g ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>środa 2026-01-07</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: 15.03 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;		
<b>środa 2026-01-07</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
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> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>środa 2026-01-07</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> ), Pasta z jajka z zieleniną 100g ( <i>JAJ, MLE</i> ), Serek Kiri (17g) 1szt. ( <i>MLE</i> ), Szyunka 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> ), Szyunka 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;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Kisiel		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;

środa 2026-01-07 Jadłospis dla diety: Kleik		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-01-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
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> ), II Śniadanie: Jogurt 8 zbóż 1szt. ( <i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</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
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
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> ), II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>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, Kalafor 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
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-08</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> ), 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> ), II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ( <i>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
<b>Podwieczorek:</b> Mix warzyw w słupkach 100g		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-08</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 2026-01-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ</i> ), Kawa zbożowa na mleku 250ml ( <i>GLU, MLE</i> ), II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml ( <i>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
<b>Podwieczorek:</b> Mus owocowy 1szt.		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>czwartek 2026-01-08</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> ), 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> ), II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml ( <i>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> ), Kalafor 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
<b>Podwieczorek:</b> 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;

<b>czwartek 2026-01-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Kisiel</b>		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;

<b>czwartek 2026-01-08</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Kleik</b>		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11 g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;

Oddział: CO		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-01-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział</b>		
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> ), Szyunka 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 kiszanej 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> ), Szyunka 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.		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział</b>		
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> ), Szyunka 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> ), Szyunka 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.		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo. przysw. węglowodanów oddział</b>		
Zupa ml. z kaszą jaglaną 350ml ( <i>MLE</i> ), Bułka grahamka 1szt. ( <i>GLU</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> ), Szyunka 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> ), Szyunka 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.		
<b>Podwieczorek:</b> Podpłomyki b/c 2szt. ( <i>GLU, SOJ, MLE</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna</b>		
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
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-09</b>		
<b>Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona</b>		
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.		
<b>Podwieczorek:</b> Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		
<b>piątek 2026-01-09</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. 1szt. ( <i>JAJ</i> ), Serek Haga 1szt. ( <i>MLE</i> ), Szyunka piastowska zmielona 40g ( <i>SOJ, GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Herbata czarna 250ml	Zupa krem z marchwi 350ml ( <i>MLE, SEL</i> ), Ryba duszona zmielona 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> ), Szyunka delikatna z drobiu zmielona 60g ( <i>SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU</i> ), Herbata czarna 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.		
<b>Podwieczorek:</b> Maślanka naturalna 200ml ( <i>MLE</i> ),		
<b>Wartości odżywcze:</b> 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;		

piątek 2026-01-09			Jadłospis dla diety: Kisiel		
Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kisiel owocowy 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 149.26 kcal; Białko ogółem: 0.30g; Tłuszcz ogółem: 0.00g; Węglowodany ogółem: 37.20g; Kw. tł. nasycone: 0.00g; Sól: 0.10 g; Sód: 33.26 mg; Błonnik pokarmowy: 0.00g; W tym cukry: 33.17g; WW: 3.72 Por; Potas: 48.53 mg; Wapń: 15.26 mg; Fosfor: 3.00 mg; Żelazo: 0.30 mg; Magnez: 6.00 mg;</p>					
piątek 2026-01-09			Jadłospis dla diety: Kleik		
Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml	Kleik z ryżu 350ml, Herbata czarna b/c 250ml			
<p><b>Wartości odżywcze:</b>Wartość energetyczna: 541.80 kcal; Białko ogółem: 10.85g; Tłuszcz ogółem: 1.10g; Węglowodany ogółem: 124.27g; Kw. tł. nasycone: 0.24g; Sól: 0.11g; Sód: 42.45 mg; Błonnik pokarmowy: 3.78 g; W tym cukry: 0.32g; WW: 12.44 Por; Potas: 222.83 mg; Wapń: 30.75 mg; Fosfor: 215.63 mg; Żelazo: 1.56 mg; Magnez: 26.49 mg;</p>					
<p>Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.11.7</p>					
<p>Jadłospis_Na_Oddzial_Ozdobny.fr3</p>					
<p><b>Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone</b></p>					

