Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek kiszony 40g, Pasta z makreli 80g (***JAJ, RYB, GOR***), Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab pieczony faszerowany pieczarkami 100g, Sos pieczeniowy 100ml (***GLU***), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka szwedzka 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Jajko 1szt. (***JAJ***), Rzodkiewka 40g, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Jabłko gotowane 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2643.36 kcal; Białko ogółem: 132.84g; Tłuszcz: 128.50g; Kwasy tłuszczowe nas: 55.74g; Węglowodany ogółem: 335.16g; Suma cukrów prostych: 42.15g; Błonnik pokarmowy: 26.49g; Sód: 3974.40 mg; Sól: 12.30g; Potas: 4469.59 mg; Magnez: 452.13 mg; Wapń: 1476.10 mg; Witamina C: 419.87 mg; Witamina E: 18.00 mg; Żelazo: 25.81 mg;

niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Paprykarz 80g (***RYB),*** Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab gotowany 100g z warzywami 100g, Ziemniaki gotowane 200g, Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE***), Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Jajko 1szt. (***JAJ***), Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Jabłko gotowane 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.17 kcal; Białko ogółem: 124.19g; Tłuszcz: 73.92g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.13g; Węglowodany ogółem: 323.15g; Suma cukrów prostych: 45.99g; Błonnik pokarmowy: 24.95g; Sód: 2929.97 mg; Sól: 10.27g; Potas: 4268.69 mg; Magnez: 376.60 mg; Wapń: 829.40 mg; Witamina C: 266.69 mg; Witamina E: 10.13 mg; Żelazo: 18.00 mg;

niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek kiszony 40g, Paprykarz 80g (***RYB***), Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab gotowany 100g z warzywami 100g, Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane 200g, Sałatka szwedzka 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Jajko 1szt. (***JAJ***), Rzodkiewka 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.88 kcal; Białko ogółem: 123.95g; Tłuszcz: 109.56g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.44g; Węglowodany ogółem: 254.18g; Suma cukrów prostych: 48.55g; Błonnik pokarmowy: 16.53g; Sód: 2835.27 mg; Sól: 9.61g; Potas: 3685.91 mg; Magnez: 321.72 mg; Wapń: 766.17 mg; Witamina C: 250.35 mg; Witamina E: 13.97 mg; Żelazo: 18.21 mg;

niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki 40g (***SOJ)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Paprykarz 80g (***RYB***), Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, SEL***), Schab gotowany 100g z warzywami 100g, Sos koperkowy 100ml (***GLU,MLE***), Ziemniaki gotowane 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Jajko 1szt. (***JAJ***), Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.37 kcal; Białko ogółem: 124.95g; Tłuszcz: 74.14g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.16g; Węglowodany ogółem: 247.35g; Suma cukrów prostych: 52.75g; Błonnik pokarmowy: 18.23g; Sód: 2304.37 mg; Sól: 8.28g; Potas: 4031.89 mg; Magnez: 330.20 mg; Wapń: 802.20 mg; Witamina C: 266.69 mg; Witamina E: 9.38 mg; Żelazo: 16.08 mg;

niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;

niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 700ml (***MLE, SEL***), Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok marchwiowy 100% 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2361.93 kcal; Białko ogółem: 66.84g; Tłuszcz: 68.01g; Kwasy tłuszczowe nas: 34.72g; Węglowodany ogółem: 276.33g; Suma cukrów prostych: 21.15g; Błonnik pokarmowy: 22.04g; Sód: 1006.34 mg; Sól: 3.09g; Potas: 2275.55 mg; Magnez: 234.09 mg; Wapń: 512.00 mg; Witamina C: 220.25 mg; Witamina E: 6.58 mg; Żelazo: 11.63 mg;

niedziela 2026-05-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki mielony 40g *(**SOJ**)*, Pasztet 80g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 350ml (***MLE, SEL***), Schab gotowany mielony 100g, Sos koperkowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g ***(GLU),*** Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa mielona 40g *(**MLE, GOR**)*, Jajko 1szt. *(**JAJ**)*, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok marchwiowy 100% 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.17 kcal; Białko ogółem: 121.29g; Tłuszcz: 71.82g; Kwasy tłuszczowe nas: 34.13g; Węglowodany ogółem: 313.25g; Suma cukrów prostych: 41.89g; Błonnik pokarmowy: 20.95g; Sód: 2929.97 mg; Sól: 10.27g; Potas: 4268.69 mg; Magnez: 376.60 mg; Wapń: 829.40 mg; Witamina C: 266.69 mg; Witamina E: 10.13 mg; Żelazo: 18.00 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 1szt. (***GLU***), Chleb pszenno-żytni 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Twarożek z brzoskwinią 100g (***MLE***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Rzodkiewka 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z kurczaka panierowany pieczony 100g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka nowalijka 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 80g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Serek kiri 1szt. (***MLE***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2755.01 kcal; Białko ogółem: 124.60g; Tłuszcz: 108.69g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.11g; Węglowodany ogółem: 411.89g; Suma cukrów prostych: 104.63g; Błonnik pokarmowy: 91.89g; Sód: 3723.00 mg; Sól: 11.80g; Potas: 10363.38 mg; Magnez: 585.86 mg; Wapń: 1514.62 mg; Witamina C: 851.01 mg; Witamina E: 20.92 mg; Żelazo: 39.45 mg;		
poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Bułka kajzerka pszenna 1szt. (***GLU***), Chleb pszenno-żytni 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g ***MLE***), Twarożek z brzoskwinią 100g (***MLE***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos cukiniowy 100g (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka gotowana 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 80g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ),*** Serek kiri 1szt. (***MLE***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2598.85 kcal; Białko ogółem: 115.78g; Tłuszcz: 88.30g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.51g; Węglowodany ogółem: 301.07g; Suma cukrów prostych: 68.00g; Błonnik pokarmowy: 29.03g; Sód: 3908.26 mg; Sól: 12.25g; Potas: 4577.62 mg; Magnez: 359.95 mg; Wapń: 648.49 mg; Witamina C: 111.03 mg; Witamina E: 7.80 mg; Żelazo: 15.04 mg;		
poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 1szt. (***GLU***), Chleb graham 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Rzodkiewka 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos cukiniowy 100g (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka nowalijka 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasztet 80g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Serek kiri 1szt. (***MLE***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Burak pieczony w plastrach z fetą 100g ***(MLE)***	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2710.91 kcal; Białko ogółem: 140.49g; Tłuszcz: 97.07g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.10g; Węglowodany ogółem: 362.24g; Suma cukrów prostych: 123.12g; Błonnik pokarmowy: 91.73g; Sód: 4564.46 mg; Sól: 13.52g; Potas: 11379.27 mg; Magnez: 631.08 mg; Wapń: 1706.58 mg; Witamina C: 879.19 mg; Witamina E: 13.45 mg; Żelazo: 42.40 mg;		
poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Bułka grahamka 1szt. (***GLU***), Chleb graham 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Serek haga 1szt. (***MLE***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL***), Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos cukiniowy 100g (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka gotowana 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasztet 80g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Serek kiri 1szt. (***MLE***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko gotowane 1szt.	**Podwieczorek:** Burak pieczony w plastrach z fetą 100g ***(MLE)***,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2579.14 kcal; Białko ogółem: 116.91g; Tłuszcz: 85.92g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.00g; Węglowodany ogółem: 255.68g; Suma cukrów prostych: 85.15g; Błonnik pokarmowy: 31.69g; Sód: 4383.71 mg; Sól: 12.07g; Potas: 5345.33 mg; Magnez: 405.10 mg; Wapń: 810.59 mg; Witamina C: 133.15 mg; Witamina E: 7.09 mg; Żelazo: 18.45 mg;		
poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31 g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***	Zupa krem z selera 700ml ***(MLE,SEL)***, Kompot wiśniowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowy 100% 1szt.	**Podwieczorek:** Actimel 1szt. (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.78 kcal; Białko ogółem: 70.51g; Tłuszcz: 63.99 g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.46g; Węglowodany ogółem: 238.17g; Suma cukrów prostych: 12.64g; Błonnik pokarmowy: 18.54g; Sód: 1126.39 mg; Sól: 3.58g; Potas: 2311.33 mg; Magnez: 248.85 mg; Wapń: 525.40 mg; Witamina C: 218.55 mg; Witamina E: 7.35 mg; Żelazo: 12.58 mg;

poniedziałek 2026-06-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab benedyktyński mielony 40g *(**SOJ, SEL, GOR, MLE**)*, Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Bawarka b/c 250ml *(**MLE**)*	Zupa krem z selera 350ml *(**MLE,SEL**)*, Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos cukiniowy 100g (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 80g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab z gór mielony 40g *(**GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR**)*, Serek kiri 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowy 100% 1szt.	**Podwieczorek:** Actimel 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2469.70 kcal; Białko ogółem: 65.84g; Tłuszcz: 56.55g; Kwasy tłuszczowe nas: 34.79g; Węglowodany ogółem: 203.60g; Suma cukrów prostych: 26.15g; Błonnik pokarmowy: 17.63g; Sód: 932.82 mg; Sól: 4.46g; Potas: 3183.54 mg; Magnez: 218.19 mg; Wapń: 183.04 mg; Witamina C: 63.14 mg; Witamina E: 3.77 mg; Żelazo: 10.59 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(RYB,JAJ***), Szynka delikatna z fileta 40g ***(SOJ,SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa owocowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ***), Kieszonka z kurczaka ze szpinakiem i suszonymi pomidorami pieczona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata zielona z jogurtem 150g ***(MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ,MLE,SEL***), Szynka od teścia 40g ***(SOJ)***, Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.33 kcal; Białko ogółem: 120.71 g; Tłuszcz: 68.72 g; Kwasy tłuszczowe nas: 32.21g; Węglowodany ogółem: 306.19g; Suma cukrów prostych: 55.07g; Błonnik pokarmowy: 29.75g; Sód: 1203.59 mg; Sól: 5.64g; Potas: 4994.96 mg; Magnez: 361.55 mg; Wapń: 800.69 mg; Witamina C: 218.23 mg; Witamina E: 12.57 mg; Żelazo: 13.64 mg;		
wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasta z jaj, ryby i koperku 100g (***RYB,JAJ***), Szynka delikatna z fileta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa owocowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ***), Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ***(MLE)***, Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior gotowany 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ,MLE,SEL***), Szynka od teścia 40g ***(SOJ)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2686.19 kcal; Białko ogółem: 119.73g; Tłuszcz: 89.40g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.43g; Węglowodany ogółem: 372.32g; Suma cukrów prostych: 64.08g; Błonnik pokarmowy: 54.18g; Sód: 2654.04 mg; Sól: 9.27g; Potas: 9100.65 mg; Magnez: 749.47 mg; Wapń: 1796.02 mg; Witamina C: 1125.08 mg; Witamina E: 31.27 mg; Żelazo: 41.21 mg;		
wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(RYB,JAJ***), Szynka delikatna z fileta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa owocowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ***), Kieszonka z kurczaka ze szpinakiem i suszonymi pomidorami pieczona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sałata zielona z jogurtem 150g ***(MLE)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka jarzynowa 160g (***JAJ,MLE,SEL***), Szynka od teścia 40g ***(SOJ)***, Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok pomidorowy 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2633.68 kcal; Białko ogółem: 120.44g; Tłuszcz: 68.54g; Kwasy tłuszczowe nas: 32.86g; Węglowodany ogółem: 226.76g; Suma cukrów prostych: 56.76g; Błonnik pokarmowy: 24.10g; Sód: 789.94 mg; Sól: 4.07g; Potas: 5071.76 mg; Magnez: 329.45 mg; Wapń: 831.69 mg; Witamina C: 234.78 mg; Witamina E: 12.99 mg; Żelazo: 12.18 mg;		
wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(RYB,JAJ***), Szynka delikatna z fileta 40g (***SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml	Zupa owocowa z makaronem 350ml (***GLU, JAJ***), Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g (***MLE),*** Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Kalafior gotowany 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ,MLE,SEL***), Szynka od teścia 40g ***(SOJ)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok pomidorowy 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2601.39 kcal; Białko ogółem: 120.37g; Tłuszcz: 88.12g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.43g; Węglowodany ogółem: 287.52g; Suma cukrów prostych: 61.84g; Błonnik pokarmowy: 47.46g; Sód: 2017.44 mg; Sól: 7.16g; Potas: 8847.85 mg; Magnez: 701.07 mg; Wapń: 1763.82 mg; Witamina C: 1125.08 mg; Witamina E: 30.52 mg; Żelazo: 39.19 mg;		
wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata owocowa b/c 250ml	Krem z buraka 700ml (***MLE,SEL***), Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2480.87 kcal; Białko ogółem: 66.08g; Tłuszcz: 75.72g; Kwasy tłuszczowe nas: 39.15g; Węglowodany ogółem: 409.68g; Suma cukrów prostych: 43.62g; Błonnik pokarmowy: 19.73g; Sód: 946.30 mg; Sól: 3.34g; Potas: 2144.45 mg; Magnez: 190.59 mg; Wapń: 338.26 mg; Witamina C: 40.69 mg; Witamina E: 3.44 mg; Żelazo: 9.33 mg;

wtorek 2026-06-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka delikatna z fileta mielona 40g *(**SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU**)*, Pasta z jaj, ryby i koperku 100g *(**RYB**,**JAJ**)*, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 350ml (***MLE,SEL***), Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona mielona 100g *(**MLE**)*, Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Kalafior gotowany puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka od teścia mielona 40g *(**SOJ**)*, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka jarzynowa rozdrobniona 160g *(**JAJ,MLE,SEL**)*, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2586.65 kcal; Białko ogółem: 115.28g; Tłuszcz: 85.36 g; Kwasy tłuszczowe nas: 40.53g; Węglowodany ogółem: 368.21g; Suma cukrów prostych: 52.81g; Błonnik pokarmowy: 50.74g; Sód: 2294.28 mg; Sól: 8.16g; Potas: 9370.86 mg; Magnez: 731.79 mg; Wapń: 1432.75 mg; Witamina C: 1101.95 mg; Witamina E: 32.77 mg; Żelazo: 40.79 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Ketchup 15g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa koperkowa z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE,SEL***), Gołąbek z młodej kapusty duszony 100g ***(GLU)*** w sosie pomidorowym 100ml (***GLU,MLE***), Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z buraczka, cebuli i jabłka 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Powidła 1szt. 25g. Kurczak gotowany 60g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***. Papryka świeża 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek Bieluch 1szt. (***MLE***),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.75 kcal; Białko ogółem: 114.98g; Tłuszcz: 77.50g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.92g; Węglowodany ogółem: 285.18g; Suma cukrów prostych: 64.62g; Błonnik pokarmowy: 33.61g; Sód: 2979.57 mg; Sól: 11.33g; Potas: 4836.63 mg; Magnez: 402.57 mg; Wapń: 1035.65 mg; Witamina C: 421.91 mg; Witamina E: 12.53 mg; Żelazo: 18.13 mg;		
środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Ketchup 15g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa koperkowa z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE,SEL***), Klopsik z indyka gotowany 100g (***GLU, JAJ***), Sos ziołowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Powidła 1szt. 25g. Kurczak gotowany 60g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***. Pomidor b/s 40g, Banan 1szt., Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek Bieluch 1szt. (***MLE***),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.27 kcal; Białko ogółem: 114.38g; Tłuszcz: 76.84g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.79g; Węglowodany ogółem: 305.54g; Suma cukrów prostych: 79.05g; Błonnik pokarmowy: 34.69g; Sód: 3005.25 mg; Sól: 11.35g; Potas: 5142.25 mg; Magnez: 461.03 mg; Wapń: 929.37 mg; Witamina C: 349.02 mg; Witamina E: 9.75 mg; Żelazo: 17.43 mg;		
środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Schab szlachecki 40g (***SOJ***), Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa koperkowa z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE,SEL***), Gołąbek z młodej kapusty duszony 100g ***(GLU)*** w sosie pomidorowym 100ml (***GLU,MLE***), Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z buraczka, cebuli i jabłka 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Kurczak gotowany 60g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***. Papryka świeża 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek Bieluch 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Marchewka w słupkach 50g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2384.94 kcal; Białko ogółem: 114.76g; Tłuszcz: 76.23g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.31g; Węglowodany ogółem: 200.75g; Suma cukrów prostych: 65.39g; Błonnik pokarmowy: 28.01g; Sód: 2199.30 mg; Sól: 8.86g; Potas: 4731.26 mg; Magnez: 360.56 mg; Wapń: 1020.83 mg; Witamina C: 443.68 mg; Witamina E: 12.24 mg; Żelazo: 16.09 mg;		
środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. (***GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Schab szlachecki 40g (***SOJ***), Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa koperkowa z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE,SEL***), Klopsik z indyka gotowany 100g (***GLU, JAJ***), Sos ziołowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Kurczak gotowany 60g (***SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***. Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek Bieluch 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2343.07 kcal; Białko ogółem: 114.62g; Tłuszcz: 76.09g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.95g; Węglowodany ogółem: 221.23g; Suma cukrów prostych: 76.81g; Błonnik pokarmowy: 27.97g; Sód: 2379.65 mg; Sól: 9.76g; Potas: 4905.45 mg; Magnez: 414.63 mg; Wapń: 902.17 mg; Witamina C: 349.02 mg; Witamina E: 8.99 mg; Żelazo: 15.51 mg;		
środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata ziołowa b/c 250ml	Krem z dyni 700ml (***MLE, SEL***), Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok marchew - jabłko 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.32 kcal; Białko ogółem: 65.44g; Tłuszcz: 69.19g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.18g; Węglowodany ogółem: 327.77g; Suma cukrów prostych: 27.60g; Błonnik pokarmowy: 28.60g; Sód: 1026.72 mg; Sól: 3.20g; Potas: 3551.19 mg; Magnez: 331.70 mg; Wapń: 751.92 mg; Witamina C: 436.09 mg; Witamina E: 10.41 mg; Żelazo: 17.92 mg;

środa 2026-06-03	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki mielony 40g ***(SOJ)***, Parówka drobiowa mielona 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Krem z dyni 350ml (***MLE, SEL***), Klopsik z indyka mielony 100g (***GLU, JAJ***), Sos ziołowy 100ml (***GLU,MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowanych puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Kurczak gotowany mielony 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Twarożek naturalny 100g (***MLE***), Powidła 1szt. 25g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok marchew - jabłko 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.75 kcal; Białko ogółem: 105.63g; Tłuszcz: 75.15g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.47g; Węglowodany ogółem: 224.29g; Suma cukrów prostych: 26.41g; Błonnik pokarmowy: 18.25g; Sód: 1780.24 mg; Sól: 7.93g; Potas: 3940.73 mg; Magnez: 296.84 mg; Wapń: 574.82 mg; Witamina C: 269.05 mg; Witamina E: 5.94 mg; Żelazo: 11.23 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ,MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Zraz wieprzowy ze schabu pieczony 100g, Sos pieczeniowy 100ml (***GLU***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z młodej kapusty 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka z ryżem, kurczakiem i ananasem 160g (***GLU, MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Papryka świeża 40g, Ogórek b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt z owsianką 1szt. ***(GLU,MLE)***,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2625.26 kcal; Białko ogółem: 101.31g; Tłuszcz: 94.48g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.88g; Węglowodany ogółem: 349.53g; Suma cukrów prostych: 60.63g; Błonnik pokarmowy: 27.90g; Sód: 2786.77 mg; Sól: 9.71g; Potas: 5200.91 mg; Magnez: 427.42 mg; Wapń: 1088.73 mg; Witamina C: 237.45 mg; Witamina E: 13.69 mg; Żelazo: 15.10 mg;		
czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Schab ze śliwką duszony 100g, Sos pieczeniowy 50ml (***GLU***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka z ryżem, kurczakiem i ananasem 160g (***GLU, MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt z owsianką 1szt. ***(GLU,MLE)***,		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2560.52 kcal; Białko ogółem: 105.54g; Tłuszcz: 87.82g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.39g; Węglowodany ogółem: 343.55g; Suma cukrów prostych: 58.44g; Błonnik pokarmowy: 26.39g; Sód: 2511.53 mg; Sól: 8.90g; Potas: 5500.43 mg; Magnez: 414.95 mg; Wapń: 900.16 mg; Witamina C: 148.95 mg; Witamina E: 9.63 mg; Żelazo: 17.33 mg;		
czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Zraz wieprzowy ze schabu pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml (***GLU***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z młodej kapusty 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka z ryżem, kurczakiem i marchewką 160g (***GLU, MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Papryka świeża 40g, Ogórek b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2525.81 kcal; Białko ogółem: 106.95g; Tłuszcz: 85.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.58g; Węglowodany ogółem: 254.37g; Suma cukrów prostych: 58.52g; Błonnik pokarmowy: 22.43g; Sód: 2107.55 mg; Sól: 7.29g; Potas: 5179.37 mg; Magnez: 384.83 mg; Wapń: 983.05 mg; Witamina C: 230.58 mg; Witamina E: 10.58 mg; Żelazo: 13.11 mg;		
czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (***MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Schab ze śliwką duszony 100g, Sos pieczeniowy 50ml (***GLU***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU),*** Kompot truskawkowo-rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Sałatka z ryżem, kurczakiem i marchewką 160g (***GLU, MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2593.16 kcal; Białko ogółem: 107.08g; Tłuszcz: 87.05g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.80g; Węglowodany ogółem: 264.21g; Suma cukrów prostych: 56.64g; Błonnik pokarmowy: 21.47 g; Sód: 1925.74 mg; Sól: 6.84g; Potas: 5361.05 mg; Magnez: 376.37 mg; Wapń: 956.35 mg; Witamina C: 142.91 mg; Witamina E: 8.90 mg; Żelazo: 15.41 mg;		
czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Krem z białych warzyw 700ml (***MLE, SEL***), Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Budyń płynny 150g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2365.28 kcal; Białko ogółem: 67.14g; Tłuszcz: 58.68g; Kwasy tłuszczowe nas: 34.42g; Węglowodany ogółem: 334.33g; Suma cukrów prostych: 37.52g; Błonnik pokarmowy: 23.74g; Sód: 1129.35 mg; Sól: 3.45g; Potas: 3926.55 mg; Magnez: 364.19 mg; Wapń: 746.65 mg; Witamina C: 439.76 mg; Witamina E: 10.21 mg; Żelazo: 18.39 mg;

czwartek 2026-06-04	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), . Schab benedyktyński mielony 40g (***SOJ, SEL, GOR, MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Krem z białych warzyw 350ml (***MLE, SEL***), Schab ze śliwką duszony mielony 100g, Sos ziołowy 100ml (***GLU***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g ***(GLU),*** Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa mielona 40g (***MLE, GOR***), Jajko gotowane 1szt. (***JAJ***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Budyń płynny 150g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2495.31 kcal; Białko ogółem: 103.89g; Tłuszcz: 85.73g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.72g; Węglowodany ogółem: 229.40g; Suma cukrów prostych: 45.40g; Błonnik pokarmowy: 24.67g; Sód: 1366.70 mg; Sól: 5.55g; Potas: 4808.04 mg; Magnez: 325.24 mg; Wapń: 571.08 mg; Witamina C: 289.99 mg; Witamina E: 8.80 mg; Żelazo: 18.67 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Twarożek z ziarnami i ziołami 100g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Dżemik 25g 1szt., Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kakao b/c 250ml (***MLE***),	Botwinka z ziemniakami 350ml (***GLU, MLE, SEL***), Ryba panierowana pieczona 100g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (***JAJ,MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Papryka świeża 30g, Ogórek b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.65 kcal; Białko ogółem: 107.00g; Tłuszcz: 104.12g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.78g; Węglowodany ogółem: 286.02g; Suma cukrów prostych: 66.56g; Błonnik pokarmowy: 47.30g; Sód: 3917.06 mg; Sól: 11.42g; Potas: 6856.03 mg; Magnez: 609.26 mg; Wapń: 1797.58 mg; Witamina C: 789.95 mg; Witamina E: 36.59 mg; Żelazo: 33.76 mg;		
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Twarożek z ziołami 100g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Dżemik 25g 1szt., Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kakao b/c 250ml (***MLE***),	Botwinka z ziemniakami 350ml (***GLU,MLE,SEL***), Ryba pieczona w ziołach 100g (***RYB***), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Marchewka baby gotowana 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (***JAJ,MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.15 kcal; Białko ogółem: 107.57g; Tłuszcz: 74.97g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.49g; Węglowodany ogółem: 252.06g; Suma cukrów prostych: 68.93g; Błonnik pokarmowy: 40.80g; Sód: 2571.09 mg; Sól: 8.06g; Potas: 6187.87 mg; Magnez: 496.07 mg; Wapń: 1502.26 mg; Witamina C: 479.88 mg; Witamina E: 18.97 mg; Żelazo: 25.62 mg;		
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Twarożek z ziarnami i ziołami 100g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kakao b/c 250ml (***MLE***),	Botwinka z ziemniakami 350ml (***GLU,MLE,SEL***), Ryba pieczona w ziołach 100g (***RYB***), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (***JAJ,MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Papryka świeża 30g, Ogórek b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2380.05 kcal; Białko ogółem: 111.28g; Tłuszcz: 86.18g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.53g; Węglowodany ogółem: 175.87g; Suma cukrów prostych: 61.14g; Błonnik pokarmowy: 39.12g; Sód: 2518.44 mg; Sól: 7.55g; Potas: 7160.71 mg; Magnez: 591.35 mg; Wapń: 1922.79 mg; Witamina C: 789.52 mg; Witamina E: 27.34 mg; Żelazo: 31.76 mg;		
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Twarożek z ziołami 100g (***MLE***), Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kakao b/c 250ml (***MLE***),	Botwinka z ziemniakami 350ml (***GLU,MLE,SEL***) Ryba pieczona w ziołach 100g (***RYB***), Ziemniaki gotowane z pietruszką 200g, Marchewka baby gotowana 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (***JAJ,MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok pomidorowy 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2361.35 kcal; Białko ogółem: 110.90g; Tłuszcz: 76.27g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.44g; Węglowodany ogółem: 164.56g; Suma cukrów prostych: 63.59g; Błonnik pokarmowy: 33.88g; Sód: 1945.24 mg; Sól: 6.12g; Potas: 6118.32 mg; Magnez: 463.42 mg; Wapń: 1626.31 mg; Witamina C: 477.03 mg; Witamina E: 18.25 mg; Żelazo: 23.77 mg;		
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Kakao b/c 250ml (***MLE***),	Krem z dyni 700ml (***MLE, SEL***), Kompot wiśniowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml

II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.80 kcal; Białko ogółem: 66.61g; Tłuszcz: 64.23g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.56g; Węglowodany ogółem: 342.20g; Suma cukrów prostych: 40.56g; Błonnik pokarmowy: 29.96g; Sód: 1074.62 mg; Sól: 3.52g; Potas: 3956.68 mg; Magnez: 375.89 mg; Wapń: 1035.92 mg; Witamina C: 437.54 mg; Witamina E: 10.61 mg; Żelazo: 18.64 mg;		
piątek 2026-06-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab szlachecki mielony 40g *(**SOJ**)*, Twarożek z ziołami 100g (***MLE***), Dżemik 25g 1szt., Kakao b/c 250ml (***MLE***),	Krem z dyni 350ml (***MLE, SEL***), Ryba pieczona w ziołach mielona 100g (***RYB***), Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka baby gotowana puree 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Kurczak gotowany mielony 40g *(**SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU**)*, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g (***JAJ,MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. (***MLE***),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2350.79 kcal; Białko ogółem: 104.09g; Tłuszcz: 84.23g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.07g; Węglowodany ogółem: 253.08g; Suma cukrów prostych: 55.90g; Błonnik pokarmowy: 30.18g; Sód: 1926.83 mg; Sól: 7.15 g; Potas: 5920.63 mg; Magnez: 473.16 mg; Wapń: 1241.75 mg; Witamina C: 575.03 mg; Witamina E: 15.72 mg; Żelazo: 22.99 mg;		

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (***MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Makaron spaghetti pełnoziarnisty 200g z sosem bolognese 200g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR),*** Serek grani 200g 1szt. (***MLE***), Powidła 1szt. 25g, Rzodkiewka 30g, Ogórek b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2342.10 kcal; Białko ogółem: 107.77g; Tłuszcz: 68.49g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.36g; Węglowodany ogółem: 259.43g; Suma cukrów prostych: 40.09g; Błonnik pokarmowy: 16.23g; Sód: 4515.81 mg; Sól: 13.55g; Potas: 2678.08 mg; Magnez: 313.52 mg; Wapń: 656.13 mg; Witamina C: 65.34 mg; Witamina E: 6.40 mg; Żelazo: 6.24 mg;		
sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml ***(MLE)***, Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Makaron spaghetti 200g z sosem bolognese 200g (***GLU,JAJ,MLE***), Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Serek grani 200g 1szt. (***MLE***), Powidła 1szt. 25g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2309.41 kcal; Białko ogółem: 105.71g; Tłuszcz: 64.78 g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.20g; Węglowodany ogółem: 259.52g; Suma cukrów prostych: 41.57g; Błonnik pokarmowy: 16.95g; Sód: 4609.71 mg; Sól: 13.70g; Potas: 2610.71 mg; Magnez: 234.63 mg; Wapń: 643.93 mg; Witamina C: 73.87 mg; Witamina E: 5.38 mg; Żelazo: 7.02 mg;		
sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (***MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek haga 1szt. (***MLE***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL,GOR)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Makaron spaghetti pełnoziarnisty 200g z sosem bolognese 200g (***GLU, JAJ, MLE***), Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Serek grani 200g 1szt. (***MLE***), Rzodkiewka 30g, Ogórek b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Pomidor z mozzarellą i oliwą 100g ***(MLE)***	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.98 kcal; Białko ogółem: 105.87g; Tłuszcz: 63.73g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.26g; Węglowodany ogółem: 179.80g; Suma cukrów prostych: 41.70g; Błonnik pokarmowy: 11.92g; Sód: 4290.58 mg; Sól: 12.39g; Potas: 2659.89 mg; Magnez: 215.09 mg; Wapń: 642.94 mg; Witamina C: 95.01 mg; Witamina E: 5.23 mg; Żelazo: 5.81 mg;		
sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (***MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek haga 1szt. (***MLE***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR***), Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml (***GLU, SEL, MLE***), Makaron spaghetti 200g z sosem bolognese 200g (***GLU,JAJ,MLE***), Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Serek grani 200g 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Biszkopty b/c 30g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ***),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.31 kcal; Białko ogółem: 104.35g; Tłuszcz: 64.79g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.58g; Węglowodany ogółem: 196.32g; Suma cukrów prostych: 50.55g; Błonnik pokarmowy: 10.86g; Sód: 4000.91 mg; Sól: 11.66g; Potas: 2401.51 mg; Magnez: 190.63 mg; Wapń: 624.53 mg; Witamina C: 73.87 mg; Witamina E: 4.76 mg; Żelazo: 5.49 mg;		
sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;;		
sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml	Krem z marchwi 700ml (***MLE,SEL***), Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.87 kcal; Białko ogółem: 69.74g; Tłuszcz: 75.08g; Kwasy tłuszczowe nas: 39.19g; Węglowodany ogółem: 398.32g; Suma cukrów prostych: 35.45g; Błonnik pokarmowy: 20.09g; Sód: 1016.10 mg; Sól: 3.23g; Potas: 1983.45 mg; Magnez: 186.19 mg; Wapń: 332.16 mg; Witamina C: 30.07 mg; Witamina E: 4.00 mg; Żelazo: 7.02 mg;

sobota 2026-06-06	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab z gór mielony 40g *(**GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR**)*, Parówka drobiowa mielona 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek haga 1szt.(***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Krem z marchwi 350ml (***MLE,SEL***), Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g ***(GLU),*** Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa mielona 40g ***(MLE, GOR)***, Serek grani 200g 1szt. (***MLE***), Powidła 1szt. 25g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.92 kcal; Białko ogółem: 102.24g; Tłuszcz: 75.73g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.30g; Węglowodany ogółem: 251.39g; Suma cukrów prostych: 51.35g; Błonnik pokarmowy: 16.61g; Sód: 1783.29 mg; Sól: 5.69g; Potas: 4007.36 mg; Magnez: 265.47 mg; Wapń: 528.43 mg; Witamina C: 85.57 mg; Witamina E: 3.22 mg; Żelazo: 8.48 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Jajecznica 100g (***JAJ***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek haga 1szt. (***MLE***), Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Żurek z ziemniakami 350ml (***GLU, MLE,SEL***), Udko pieczone z kurczaka 150g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Mizeria 150g ***(MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Sałatka z mozzarellą i suszonymi pomidorami 160g (***MLE***), Serek tartare 1szt. (***MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2470.06 kcal; Białko ogółem: 129.71g; Tłuszcz: 65.64g; Kwasy tłuszczowe nas: 32.38g; Węglowodany ogółem: 252.45g; Suma cukrów prostych: 39.91g; Błonnik pokarmowy: 22.84g; Sód: 1476.02 mg; Sól: 6.35g; Potas: 4813.22 mg; Magnez: 385.24 mg; Wapń: 777.12 mg; Witamina C: 335.42 mg; Witamina E: 9.61 mg; Żelazo: 15.11 mg;		
niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Jajko 1szt. (***JAJ***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek haga 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Żurek z ziemniakami 350ml (***GLU, MLE,SEL***), Udko pieczone z kurczaka 150g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Warzywa pieczone z ziołami 100g, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Kurczak gotowany 40g (***SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2445.25 kcal; Białko ogółem: 127.19g; Tłuszcz: 60.34g; Kwasy tłuszczowe nas: 30.17g; Węglowodany ogółem: 254.08g; Suma cukrów prostych: 40.68g; Błonnik pokarmowy: 25.92g; Sód: 1126.18 mg; Sól: 5.45g; Potas: 5231.18 mg; Magnez: 413.49 mg; Wapń: 811.14 mg; Witamina C: 367.42 mg; Witamina E: 13.01 mg; Żelazo: 15.07 mg;		
niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Jajko 1szt. (***JAJ***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek haga 1szt. (***MLE***), Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Żurek z ziemniakami 350ml (***GLU, MLE,SEL***), Udko pieczone z kurczaka 150g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Mizeria 150g ***(MLE)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Sałatka z mozzarellą i suszonymi pomidorami 160g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok owocowo-warzywny 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2452.26 kcal; Białko ogółem: 126.22g; Tłuszcz: 60.11g; Kwasy tłuszczowe nas: 29.61g; Węglowodany ogółem: 176.35g; Suma cukrów prostych: 46.67g; Błonnik pokarmowy: 20.12g; Sód: 779.92 mg; Sól: 4.16g; Potas: 4509.92 mg; Magnez: 332.84 mg; Wapń: 726.42 mg; Witamina C: 335.42 mg; Witamina E: 8.49 mg; Żelazo: 12.09 mg;;		
niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml (***GLU, JAJ, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Jajko 1szt. (***JAJ***), Schab benedyktyński 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek haga 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Żurek z ziemniakami 350ml (***GLU, MLE,SEL***), Udko pieczone z kurczaka 150g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Warzywa pieczone z ziołami 100g, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. (***MLE***),	**Podwieczorek:** Sok owocowo-warzywny 1szt.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2450.45 kcal; Białko ogółem: 126.95g; Tłuszcz: 60.56g; Kwasy tłuszczowe nas: 30.20g; Węglowodany ogółem: 178.28g; Suma cukrów prostych: 47.44g; Błonnik pokarmowy: 19.20g; Sód: 500.58 mg; Sól: 3.46g; Potas: 4994.38 mg; Magnez: 367.09 mg; Wapń: 783.94 mg; Witamina C: 367.42 mg; Witamina E: 12.26 mg; Żelazo: 13.15 mg;		
niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z selera 700ml ***(MLE,SEL)***, Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 1szt. (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2351.43 kcal; Białko ogółem: 64.48g; Tłuszcz: 68.67g; Kwasy tłuszczowe nas: 34.69g; Węglowodany ogółem: 261.81g; Suma cukrów prostych: 29.89g; Błonnik pokarmowy: 18.02g; Potas: 3470.33 mg; Magnez: 397.11 mg; Wapń: 1090.47 mg; Witamina C: 380.05 mg; Witamina E: 10.42 mg; Żelazo: 17.06 mg;

niedziela 2026-06-07	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab benedyktyński mielony 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Jajko 1szt. (***JAJ***), Serek haga 1szt. (***MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE***),	Zupa krem z selera 350ml ***(MLE,SEL)***, Udko duszone z kurczaka mielone 150g, Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Brokuły gotowane puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Kurczak gotowany mielony 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Warzywa pieczone z ziołami puree 100g, Serek tartare 1szt. (***MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 1szt. (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2345.25 kcal; Białko ogółem: 126.19g; Tłuszcz: 61.34g; Kwasy tłuszczowe nas: 32.17g; Węglowodany ogółem: 244.08g; Suma cukrów prostych: 40.68g; Błonnik pokarmowy: 24.92g; Sód: 1126.18 mg; Sól: 5.45g; Potas: 5231.18 mg; Magnez: 413.49 mg; Wapń: 811.14 mg; Witamina C: 367.42 mg; Witamina E: 13.01 mg; Żelazo: 15.07 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krupnik 350ml (***GLU, SEL***), Pierogi leniwe z masłem, cukrem i cynamonem 300g (***GLU, JAJ,, MLE,***), Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***), Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Leczo warzywne 250g (***GLU***), Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR***), Ogórek zielony b/s 40g, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2486.23 kcal; Białko ogółem: 108.02g; Tłuszcz: 93.50g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.65g; Węglowodany ogółem: 254.67g; Suma cukrów prostych: 76.58g; Błonnik pokarmowy: 19.84g; Sód: 2955.19 mg; Sól: 11.59g; Potas: 3384.01 mg; Magnez: 320.87 mg; Wapń: 847.36 mg; Witamina C: 117.97 mg; Witamina E: 5.54 mg; Żelazo: 10.41 mg;		
poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krupnik 350ml (***GLU, SEL***), Pierogi leniwe z masłem, cukrem i cynamonem 300g (***GLU, JAJ, MLE,***), Jogurt naturalny 1szt. (***MLE***), Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g (***MLE***), Leczo warzywne 250g (***GLU***), Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2408.22 kcal; Białko ogółem: 108.64g; Tłuszcz: 88.74g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.87g; Węglowodany ogółem: 251.99g; Suma cukrów prostych: 75.44g; Błonnik pokarmowy: 19.20g; Sód: 2478.12 mg; Sól: 10.40g; Potas: 3299.09 mg; Magnez: 292.71 mg; Wapń: 671.40 mg; Witamina C: 70.63 mg; Witamina E: 4.86 mg; Żelazo: 10.01 mg;		
poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU,MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krupnik 350ml (***GLU, SEL***), Pierogi ruskie dietetyczne 300g ***(GLU***,***JAJ, MLE***), Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Leczo warzywne 250g (***GLU***), Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g (***MLE, GOR)***, Ogórek zielony b/s 40g, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt proteinowy 1szt. ***(MLE)***	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2439.59 kcal; Białko ogółem: 123.77g; Tłuszcz: 98.44 g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.88g; Węglowodany ogółem: 221.67g; Suma cukrów prostych: 77.09g; Błonnik pokarmowy: 16.46g; Sód: 2278.79 mg; Sól: 9.44g; Potas: 3934.07 mg; Magnez: 310.71 mg; Wapń: 628.95 mg; Witamina C: 144.72 mg; Witamina E: 5.04 mg; Żelazo: 10.20 mg;		
poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (***GLU, MLE***), Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Schab z gór 40g ***(GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krupnik 350ml (***GLU, SEL***), Pierogi ruskie dietetyczne 300g ***(GLU***,***JAJ, MLE***), Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g (***MLE***), Leczo warzywne 250g (***GLU***), Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Szynka tostowa 40g ***(MLE, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt proteinowy 1szt. ***(MLE)***	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2425.19 kcal; Białko ogółem: 122.97g; Tłuszcz: 98.26g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.84g; Węglowodany ogółem: 219.01g; Suma cukrów prostych: 75.98g; Błonnik pokarmowy: 15.82g; Sód: 1981.32 mg; Sól: 8.70g; Potas: 3865.75 mg; Magnez: 288.75 mg; Wapń: 614.38 mg; Witamina C: 97.39 mg; Witamina E: 4.43 mg; Żelazo: 9.94 mg;		
poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE***), Herbata czarna b/c 250ml
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31 g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;		
poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	

Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata ziołowa b/c 250ml	Krem z brokułów 700ml (***MLE, SEL***), Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Actimel 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.91 kcal; Białko ogółem: 70.18g; Tłuszcz: 69.05g; Kwasy tłuszczowe nas: 33.15g; Węglowodany ogółem: 317.67g; Suma cukrów prostych: 21.54g; Błonnik pokarmowy: 26.10g; Sód: 943.96 mg; Sól: 3.05g; Potas: 3198.66 mg; Magnez: 308.70 mg; Wapń: 554.74 mg; Witamina C: 418.17 mg; Witamina E: 10.35 mg; Żelazo: 17.26 mg;

poniedziałek 2026-06-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ***), Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Schab z gór mielony 40g (***GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR***), Pasztet 50g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Herbata ziołowa b/c 250ml	Krem z brokułów 350ml (***MLE, SEL***), Filet drobiowy gotowany mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE***), Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ***), Masło 20g (***MLE***), Szynka tostowa mielona 40g ***(MLE, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. (***MLE***), Jajko 1szt. (***JAJ***), Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Actimel 1szt. (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.01 kcal; Białko ogółem: 115.71g; Tłuszcz: 90.33g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.82g; Węglowodany ogółem: 263.91g; Suma cukrów prostych: 73.68g; Błonnik pokarmowy: 26.12g; Sód: 1622.06 mg; Sól: 6.09g; Potas: 5833.20 mg; Magnez: 513.98 mg; Wapń: 1532.94 mg; Witamina C: 275.92 mg; Witamina E: 9.24 mg; Żelazo: 18.57 mg;

Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml *(**GLU, MLE**)*, Rogal maślany 1szt. *(**GLU, JAJ, MLE**)*, Chleb pszenno-żytni 40g *(**GLU, SOJ, MLE, SEZ**)*, Masło 20g *(**MLE**)*, Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g (***MLE***), Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Dżemik 25g 1szt., Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Kakao b/c 250ml *(**MLE**)*,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml *(**GLU, SEL, MLE**)*, Gulasz wieprzowy strogonow 250g *(**GLU, MLE**),* Kasza gryczana 200g *(**GLU**)*, Surówka tęczowa 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Chleb pszenno-żytni 80g *(**GLU, SOJ, MLE, SEZ**)*, Masło 20g *(**MLE**)*, Jajko 1szt. (***JAJ***), Serek kiri 1szt. ***(MLE),*** Schab z gór 40g *(**GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR**)*, Papryka świeża 40g, Rzodkiewka 30g, Rukola 5g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Galaretka owocowa z brzoskwinią 150g		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2518.26 kcal; Białko ogółem: 136.00g; Tłuszcz: 90.50g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.67g; Węglowodany ogółem: 301.31g; Suma cukrów prostych: 79.86g; Błonnik pokarmowy: 36.33g; Sód: 3777.66 mg; Sól: 12.00g; Potas: 4677.94 mg; Magnez: 597.47 mg; Wapń: 1436.87 mg; Witamina C: 329.93 mg; Witamina E: 18.43 mg; Żelazo: 18.29 mg;

wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml *(**GLU, MLE**)*, Rogal maślany 1szt. ***(GLU, JAJ, MLE),*** Chleb pszenno-żytni 40g *(**GLU, SOJ, MLE, SEZ**)*, Masło 20g *(**MLE**)*, Twarożek z koperkiem 100g *(**MLE**)*, Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Dżemik 25g 1szt., Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kakao b/c 250ml *(**MLE**)*,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml *(**GLU, SEL, MLE**)*, Gulasz drobiowy z warzywami 250g *(**GLU**)*, Kasza jęczmienna 200g *(**GLU**)*, Buraczki gotowane 150g *(**GLU**)*, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ***), Chleb pszenno-żytni 80g (***GLU, SOJ, MLE, SEZ***), Masło 20g *(**MLE**)*, Jajko 1szt. *(**JAJ**)*, Serek kiri 1szt. *(**MLE**)*, Schab z gór 40g (***GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR***), Pomidor b/s 40g, Rukola 5g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Galaretka owocowa z brzoskwinią 150g		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2441.00 kcal; Białko ogółem: 120.29g; Tłuszcz: 78.25 g; Kwasy tłuszczowe nas: 39.77g; Węglowodany ogółem: 294.66g; Suma cukrów prostych: 85.29g; Błonnik pokarmowy: 26.13g; Sód: 2795.13 mg; Sól: 9.54g; Potas: 4077.31 mg; Magnez: 381.17 mg; Wapń: 1066.58 mg; Witamina C: 75.34 mg; Witamina E: 6.43 mg; Żelazo: 15.46 mg;

wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml *(**GLU, MLE**)*, Bułka grahamka 1szt. (***GLU***), Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g *(**MLE**)*, Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g *(**MLE**)*, Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU***), Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Kakao b/c 250ml ***(MLE),***	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml *(**GLU, SEL, MLE**)*, Gulasz wieprzowy strogonow 250g *(**GLU, MLE,**)*, Kasza gryczana 200g ***(GLU),*** Surówka tęczowa 150g, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g *(**MLE**)*, Jajko 1szt. (***JAJ***), Serek kiri 1szt. *(**MLE**)*, Schab z gór 40g *(**GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR**)*, Papryka świeża 40g, Rzodkiewka 30g, Rukola 5g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Galaretka owocowa z brzoskwinią b/c 150g	**Podwieczorek**: Podpłomyki b/c 2szt. *(**GLU, JAJ, MLE**)*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2469.76 kcal; Białko ogółem: 129.64 g; Tłuszcz: 87.55g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.47g; Węglowodany ogółem: 231.69g; Suma cukrów prostych: 66.47g; Błonnik pokarmowy: 34.96g; Sód: 3396.31 mg; Sól: 10.46g; Potas: 4625.69 mg; Magnez: 592.52 mg; Wapń: 1419.82 mg; Witamina C: 333.26 mg; Witamina E: 17.78 mg; Żelazo: 17.85 mg;

wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml *(**GLU, MLE**)*, Bułka grahamka 1szt. *(**GLU**)*, Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g(***MLE***), Twarożek z koperkiem 100g *(**MLE**)*, Kurczak gotowany 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Serek haga 1szt. *(**MLE**)*, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kakao b/c 250ml *(**MLE**)*,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml *(**GLU, SEL, MLE**)*, Gulasz drobiowy z warzywami 250g *(**GLU**)*, Kasza jęczmienna 200g *(**GLU**)*, Buraczki gotowane 150g *(**GLU**)*, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ),*** Masło 20g *(**MLE**)*, Jajko 1szt. *(**JAJ**)*, Schab z gór 40g *(**GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR**)*, Serek kiri 1szt. *(**MLE**)*, Pomidor b/s 40g, Rukola 5g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Galaretka owocowa z brzoskwinią b/c 150g	**Podwieczorek**: Podpłomyki b/c 2szt. *(**GLU, JAJ, MLE**)*,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2417.10 kcal; Białko ogółem: 120.63g; Tłuszcz: 75.24g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.56g; Węglowodany ogółem: 223.72g; Suma cukrów prostych: 71.36g; Błonnik pokarmowy: 24.01g; Sód: 2410.48 mg; Sól: 8.00g; Potas: 3954.26 mg; Magnez: 374.12 mg; Wapń: 1040.83 mg; Witamina C: 72.49 mg; Witamina E: 5.78 mg; Żelazo: 14.78 mg;

wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml *(**GLU, MLE**)*, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml *(**GLU, MLE**)*, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml *(**GLU, MLE**)*, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 649.80 kcal; Białko ogółem: 11.34g; Tłuszcz: 26.31 g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.70g; Węglowodany ogółem: 100.11g; Suma cukrów prostych: 15.03g; Błonnik pokarmowy: 15.57g; Sód: 295.50 mg; Sól: 0.74g; Potas: 1190.40 mg; Magnez: 80.10 mg; Wapń: 155.40 mg; Witamina C: 40.50 mg; Witamina E: 3.50 mg; Żelazo: 3.06 mg;

wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml *(**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**)*, Kakao b/c 250ml *(**MLE**)*,	Krem z buraka 700ml *(**MLE,SEL**)*, Kompot jabłkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**)*, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE),***	**Podwieczorek**: Sok marchwiowy 100% 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2446.34 kcal; Białko ogółem: 70.65g; Tłuszcz: 79.86g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.60g; Węglowodany ogółem: 411.10g; Suma cukrów prostych: 44.67g; Błonnik pokarmowy: 21.09g; Sód: 1120.23 mg; Sól: 3.49g; Potas: 2583.98 mg; Magnez: 238.79 mg; Wapń: 653.28 mg; Witamina C: 44.14 mg; Witamina E: 3.62 mg; Żelazo: 9.95 mg;

wtorek 2026-06-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml *(**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ**)*, Chleb pszenny 110g *(**GLU, SOJ**)*, Masło 20g *(**MLE**)*, Kurczak gotowany mielony 40g ***(SOJ, GOR, MLE, GLU, DWU**)*, Twarożek z koperkiem 100g *(**MLE**)*, Dżemik 25g 1szt., Kakao b/c 250ml *(**MLE**)*,	Krem z buraka 350ml *(**MLE,SEL**)*, Pulpet z indyka gotowany mielony 100g *(**GLU, JAJ**)*, Sos śmietanowy 100ml (***GLU, MLE**)*, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 110g *(**GLU, SOJ**)*, Masło 20g *(**MLE**)*, Schab z gór mielony 40g *(**GLU, MLE, JAJ, SEL, GOR**)*, Jajko 1szt. *(**JAJ**)*, Serek kiri 1szt. *(**MLE**)*, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE),***	**Podwieczorek**: Sok marchwiowy 100% 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2389.21 kcal; Białko ogółem: 118.00g; Tłuszcz: 75.06g; Kwasy tłuszczowe nas: 36.35g; Węglowodany ogółem: 274.43g; Suma cukrów prostych: 60.07g; Błonnik pokarmowy: 21.30g; Sód: 1716.13 mg; Sól: 6.44g; Potas: 4165.98 mg; Magnez: 294.25 mg; Wapń: 787.22 mg; Witamina C: 83.74 mg; Witamina E: 4.30 mg; Żelazo: 9.50 mg;