Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml ***(GLU, JAJ, MLE)***, Rogal maślany 1szt. ***(GLU, JAJ, MLE)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Szynka kraka 20g **(*GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE*)**, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Kotlet schabowy pieczony 100g ***(GLU, JAJ)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sałata zielona z jogurtem 150g ***(MLE)***, Kompot z wiśni 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka zrazowa 40g ***(SOJ, GOR, MLE)***, Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g **(*MLE)***, Powidła 1szt. 25g, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i prażonym słonecznikiem 100g ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2695.84 kcal; Białko ogółem: 123.45g; Tłuszcz: 112.04g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.37g; Węglowodany ogółem: 346.58g; Suma cukrów prostych: 70.51g; Błonnik pokarmowy: 48.50 g; Sód: 3377.94 mg; Sól: 11.00g; Potas: 7878.26 mg; Magnez: 760.71 mg; Wapń: 1795.03 mg; Witamina C: 844.89 mg; Witamina E: 37.39 mg; Żelazo: 36.76 mg;

czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml ***(GLU, JAJ, MLE)***, Rogal maślany 1szt. ***(GLU, JAJ, MLE)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Szynka kraka 20g **(*GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE*)**, Serek kanapkowy 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)***, Rolada schabowa z marchewką duszona 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Kalafior gotowany 150g, Kompot z wiśni 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g **(MLE)**, Szynka zrazowa 40g ***(SOJ, GOR, MLE)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Powidła 1szt. 25g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą 100g ***(MLE),***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2598.14 kcal; Białko ogółem: 122.19g; Tłuszcz: 87.17g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.11g; Węglowodany ogółem: 332.08g; Suma cukrów prostych: 64.93g; Błonnik pokarmowy: 38.97g; Sód: 2754.04 mg; Sól: 9.44g; Potas: 6894.44 mg; Magnez: 544.76 mg; Wapń: 1319.36 mg; Witamina C: 684.15 mg; Witamina E: 17.18 mg; Żelazo: 30.66 mg;

czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml ***(GLU, JAJ, MLE)***, Bułka grahamka 1szt. ***(GLU)***, Chleb graham 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Szynka kraka 20g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Rolada schabowa z marchewką duszona 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Sałata zielona z jogurtem 150g ***(MLE)***, Kompot z wiśni b/c 250ml	Chleb graham 110g **(*GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ*)**, Masło 20g **(*MLE*)**, Szynka zrazowa 40g ***(SOJ, GOR, MLE)***, Twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g ***(MLE)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą i prażonym słonecznikiem 100g ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Maślanka naturalna 200ml **(*MLE*)**,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2619.39 kcal; Białko ogółem: 126.38g; Tłuszcz: 105.78g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.95g; Węglowodany ogółem: 357.05g; Suma cukrów prostych: 78.56g; Błonnik pokarmowy: 55.18g; Sód: 3750.84 mg; Sól: 11.35g; Potas: 8580.64 mg; Magnez: 866.69 mg; Wapń: 2052.87 mg; Witamina C: 850.18 mg; Witamina E: 33.50 mg; Żelazo: 39.37 mg;

czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml ***(GLU, JAJ, MLE)***, Bułka grahamka 1szt. ***(GLU)***, Chleb graham 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g **(*MLE*)**, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Szynka kraka 20g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek kanapkowy 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)***, Rolada schabowa z marchewką duszona 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos pietruszkowy 100ml **(*GLU, MLE*)**, Kalafior gotowany 150g, Kompot z wiśni b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka zrazowa 40g **(*SOJ, GOR, MLE*)**, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Burak pieczony w plastrach z fetą 100g ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Maślanka naturalna 200ml ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2612.44 kcal; Białko ogółem: 125.19g; Tłuszcz: 87.58g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.03g; Węglowodany ogółem: 342.67g; Suma cukrów prostych: 69.98g; Błonnik pokarmowy: 46.48g; Sód: 3048.14 mg; Sól: 9.59g; Potas: 7390.04 mg; Magnez: 655.16 mg; Wapń: 1547.26 mg; Witamina C: 684.15 mg; Witamina E: 17.79 mg; Żelazo: 33.38 mg;

czwartek 2026-10-08	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

czwartek 2026-10-08	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z brokułów 700ml ***(MLE, SEL)***, Kompot z wiśni 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok owocowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2376.44 kcal; Białko ogółem: 68.20g; Tłuszcz: 76.49g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.87g; Węglowodany ogółem: 328.91g; Suma cukrów prostych: 37.37g; Błonnik pokarmowy: 25.91g; Sód: 2165.98 mg; Sól: 5.51g; Potas: 3596.96 mg; Magnez: 368.00 mg; Wapń: 597.28 mg; Witamina C: 420.67 mg; Witamina E: 11.88 mg; Żelazo: 18.65 mg;

czwartek 2026-10-08	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z brokułów 350ml ***(MLE, SEL)***, Rolada schabowa z marchewką duszona mielona 100g, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Kalafior gotowany puree 150g, Kompot z wiśni 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka zrazowa mielona 40g ***(SOJ, GOR, MLE)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Powidła 1szt. 25g, Herbata owocowa b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok owocowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2573.34 kcal; Białko ogółem: 121.87g; Tłuszcz: 98.64g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.24g; Węglowodany ogółem: 344.64g; Suma cukrów prostych: 41.38g; Błonnik pokarmowy: 34.28g; Sód: 3235.30 mg; Sól: 10.01g; Potas: 6175.66 mg; Magnez: 528.06 mg; Wapń: 1023.41 mg; Witamina C: 636.23 mg; Witamina E: 16.51 mg; Żelazo: 26.73 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
piątek 2026-10-09	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa jarzynowa z mięsem 350ml ***(GLU,MLE,SEL),*** Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowy ze szpinakiem i suszonymi pomidorami 100g ***(GLU, MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i ogórkiem 160g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2476.83 kcal; Białko ogółem: 105.08g; Tłuszcz: 82.71g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.79g; Węglowodany ogółem: 264.82g; Suma cukrów prostych: 34.54g; Błonnik pokarmowy: 21.95g; Sód: 2459.36 mg; Sól: 8.63g; Potas: 2461.38 mg; Magnez: 354.55 mg; Wapń: 833.26 mg; Witamina C: 190.52 mg; Witamina E: 7.21 mg; Żelazo: 13.61 mg;

piątek 2026-10-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa jarzynowa z mięsem 350ml ***(GLU,MLE,SEL),*** Makaron pszenny gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowy ze szpinakiem i fetą 100g ***(GLU, MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka ziemniaczana z cukinią 160g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany waniliowy 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2423.72 kcal; Białko ogółem: 104.37g; Tłuszcz: 77.79g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.00g; Węglowodany ogółem: 267.49g; Suma cukrów prostych: 34.79g; Błonnik pokarmowy: 19.67g; Sód: 2002.24 mg; Sól: 7.49g; Potas: 2559.12 mg; Magnez: 312.16 mg; Wapń: 659.66 mg; Witamina C: 102.87 mg; Witamina E: 6.46 mg; Żelazo: 13.03 mg;

piątek 2026-10-09	**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)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa jarzynowa z mięsem 350ml ***(GLU,MLE,SEL),*** Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowy ze szpinakiem i suszonymi pomidorami 100g ***(GLU, MLE)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka ziemniaczana z rzodkiewką i ogórkiem 160g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek**: Mus warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.43 kcal; Białko ogółem: 106.26g; Tłuszcz: 80.21g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.58g; Węglowodany ogółem: 312.32g; Suma cukrów prostych: 33.88g; Błonnik pokarmowy: 30.53g; Sód: 2661.36 mg; Sól: 8.88g; Potas: 2670.38 mg; Magnez: 424.35 mg; Wapń: 693.46 mg; Witamina C: 190.52 mg; Witamina E: 8.17 mg; Żelazo: 16.03 mg;

piątek 2026-10-09	**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)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa jarzynowa z mięsem 350ml ***(GLU,MLE,SEL),*** Makaron pszenny gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowy ze szpinakiem i fetą 100g ***(GLU, MLE),*** Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka ziemniaczana z cukinią 160g, Serek kanapkowy 1szt.***(MLE)***, Szynka spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Mus warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2429.32 kcal; Białko ogółem: 105.89g; Tłuszcz: 79.41g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.55g; Węglowodany ogółem: 269.25g; Suma cukrów prostych: 32.91g; Błonnik pokarmowy: 27.11g; Sód: 2059.64 mg; Sól: 7.12g; Potas: 2713.12 mg; Magnez: 384.16 mg; Wapń: 671.26 mg; Witamina C: 102.87 mg; Witamina E: 7.31 mg; Żelazo: 15.17 mg;

piątek 2026-10-09	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

piątek 2026-10-09	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 700ml ***(MLE, SEL)***, Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	**Podwieczorek:** Mus warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.84 kcal; Białko ogółem: 67.10g; Tłuszcz: 74.85g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.65g; Węglowodany ogółem: 336.91g; Suma cukrów prostych: 30.73g; Błonnik pokarmowy: 33.13g; Sód: 2254.38 mg; Sól: 5.64g; Potas: 3654.56 mg; Magnez: 362.20 mg; Wapń: 592.88 mg; Witamina C: 440.79 mg; Witamina E: 11.63 mg; Żelazo: 19.01 mg;

piątek 2026-10-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta mielona 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 350ml ***(MLE, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos własny 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka spod lady mielona 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Sałatka ziemniaczana z cukinią rozdrobiona 160g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	**Podwieczorek:** Mus warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.28 kcal; Białko ogółem: 112.34g; Tłuszcz: 102.85g; Kwasy tłuszczowe nas: 54.40g; Węglowodany ogółem: 357.28g; Suma cukrów prostych: 41.01g; Błonnik pokarmowy: 37.41g; Sód: 3057.64 mg; Sól: 9.62g; Potas: 5662.29 mg; Magnez: 428.07 mg; Wapń: 567.34 mg; Witamina C: 320.70 mg; Witamina E: 9.37 mg; Żelazo: 22.68 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
sobota 2026-10-10	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Dżemik 25g 1Por, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Kakao b/c 250ml ***(MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos pieczarkowy 100g ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor z mozzarellą i oliwą 100g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 30g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.63 kcal; Białko ogółem: 110.49g; Tłuszcz: 73.83g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.55g; Węglowodany ogółem: 345.81g; Suma cukrów prostych: 89.92g; Błonnik pokarmowy: 35.53g; Sód: 2146.44 mg; Sól: 7.88g; Potas: 5265.26 mg; Magnez: 396.25 mg; Wapń: 957.70 mg; Witamina C: 211.80 mg; Witamina E: 7.88 mg; Żelazo: 14.61 mg;

sobota 2026-10-10	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml **(*GLU, MLE*)**, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g **(*MLE*)**, Pasta twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Dżemik 25g 1Por, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Kakao b/c 250ml ***(MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowo-ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. **(*MLE*)**, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2501.72 kcal; Białko ogółem: 109.75g; Tłuszcz: 79.59 g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.29g; Węglowodany ogółem: 345.86g; Suma cukrów prostych: 90.81g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sód: 2374.26 mg; Sól: 8.45g; Potas: 5032.53 mg; Magnez: 372.13 mg; Wapń: 971.82 mg; Witamina C: 157.90 mg; Witamina E: 7.45 mg; Żelazo: 14.28 mg;

sobota 2026-10-10	**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 twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Kakao b/c 250ml **(*MLE*)**,	Zupa brokułowa 350ml **(*GLU, SEL, MLE*)**, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowo-ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor z mozzarellą i oliwą 100g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 30g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, JAJ)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.91 kcal; Białko ogółem: 112.23g; Tłuszcz: 77.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.4g; Węglowodany ogółem: 368.14g; Suma cukrów prostych: 81.12g; Błonnik pokarmowy: 40.48g; Sód: 2781.01 mg; Sól: 9.21g; Potas: 5133.32 mg; Magnez: 457.99 mg; Wapń: 970.75 mg; Witamina C: 201.66 mg; Witamina E: 9.12 mg; Żelazo: 15.29 mg;

sobota 2026-10-10	**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 twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Kakao b/c 250ml ***(MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos śmietanowo-ziołowy 100ml **(*GLU, MLE*)**, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g **(*GLU*)**, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g **(*MLE*)**, Serek tartare 1szt. **(*MLE*)**, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt.	**Podwieczorek:** Podpłomyki b/c 2szt. **(*GLU, JAJ*)**,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.32 kcal; Białko ogółem: 111.55g; Tłuszcz: 81.08g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.84g; Węglowodany ogółem: 325.12g; Suma cukrów prostych: 79.68g; Błonnik pokarmowy: 36.64g; Sód: 2431.41 mg; Sól: 8.07g; Potas: 5170.78 mg; Magnez: 442.88 mg; Wapń: 980.17 mg; Witamina C: 155.05 mg; Witamina E: 8.29 mg; Żelazo: 16.34 mg;

sobota 2026-10-10	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

sobota 2026-10-10	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml **(*GLU, SOJ, MLE*)**, Kakao b/c 250ml ***(MLE)***,	Krem z marchwi 700ml ***(MLE,SEL)***, Kompot jabłkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.65 kcal; Białko ogółem: 67.55g; Tłuszcz: 99.37g; Kwasy tłuszczowe nas: 55.24g; Węglowodany ogółem: 427.70g; Suma cukrów prostych: 48.36g; Błonnik pokarmowy: 21.06g; Sód: 2256.12 mg; Sól: 6.00g; Potas: 2303.19 mg; Magnez: 255.30 mg; Wapń: 603.77 mg; Witamina C: 29.22 mg; Witamina E: 5.69 mg; Żelazo: 8.41 mg;

sobota 2026-10-10	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ)***, Masło 20g (***MLE)***, Szynka biała mielona 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pasta twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1Por, Kakao b/c 250ml ***(MLE)***,	Krem z marchwi 350ml ***(MLE,SEL)***, Pulpet drobiowy gotowany mielony 100g (***GLU, JAJ)***, Sos śmietanowo-ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 110g (***GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Jajko 1szt. (***JAJ)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. (***MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2499.34 kcal; Białko ogółem: 110.50g; Tłuszcz: 101.21g; Kwasy tłuszczowe nas: 54.71g; Węglowodany ogółem: 411.55g; Suma cukrów prostych: 70.56g; Błonnik pokarmowy: 24.85g; Sód: 2494.65 mg; Sól: 8.61g; Potas: 4489.60 mg; Magnez: 360.48 mg; Wapń: 727.88 mg; Witamina C: 95.60 mg; Witamina E: 5.85 mg; Żelazo: 13.87 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
niedziela 2026-10-11	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Szynka biała 40g **(*GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Ketchup 15g, Serek kanapkowy 1szt. **(*MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml **(*GLU, JAJ, SEL)***, Skrzydełka w sezamie pieczone 100g ***(SEZ)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Mizeria 150g **(*MLE)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g **(*GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2576.45 kcal; Białko ogółem: 125.16 g; Tłuszcz: 80.94g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.03g; Węglowodany ogółem: 253.08g; Suma cukrów prostych: 49.39g; Błonnik pokarmowy: 26.76g; Sód: 2508.32 mg; Sól: 8.85g; Potas: 3962.57 mg; Magnez: 373.39 mg; Wapń: 905.05 mg; Witamina C: 278.00 mg; Witamina E: 9.07 mg; Żelazo: 17.40 mg;

niedziela 2026-10-11	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Szynka biała 40g **(*GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Ketchup 15g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Udko pieczone z kurczaka 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Jogurt owocowy 1 szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2547.10 kcal; Białko ogółem: 125.48g; Tłuszcz: 84.93g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.68g; Węglowodany ogółem: 277.28g; Suma cukrów prostych: 54.91g; Błonnik pokarmowy: 31.46g; Sód: 2334.35 mg; Sól: 8.44g; Potas: 4982.12 mg; Magnez: 422.91 mg; Wapń: 968.08 mg; Witamina C: 348.04 mg; Witamina E: 11.17 mg; Żelazo: 19.02 mg;

niedziela 2026-10-11	**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)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Udko pieczone z kurczaka 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Mizeria 150g ***(MLE)***, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Mix warzyw w słupkach 100g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2571.74 kcal; Białko ogółem: 126.89g; Tłuszcz: 84.64g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.05g; Węglowodany ogółem: 255.96g; Suma cukrów prostych: 52.77g; Błonnik pokarmowy: 34.27g; Sód: 2715.38 mg; Sól: 8.85g; Potas: 4984.82 mg; Magnez: 491.65 mg; Wapń: 955.72 mg; Witamina C: 297.69 mg; Witamina E: 11.41 mg; Żelazo: 20.36 mg;

niedziela 2026-10-11	**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)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Udko pieczone z kurczaka 100g, 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)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2577.70 kcal; Białko ogółem: 128.50g; Tłuszcz: 87.05g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.63g; Węglowodany ogółem: 260.34g; Suma cukrów prostych: 53.56g; Błonnik pokarmowy: 37.00g; Sód: 2423.42 mg; Sól: 8.06g; Potas: 5216.79 mg; Magnez: 501.91 mg; Wapń: 1060.35 mg; Witamina C: 342.44 mg; Witamina E: 12.00 mg; Żelazo: 21.13 mg;

niedziela 2026-10-11	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

niedziela 2026-10-11	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krem z selera 700ml ***(MLE,SEL)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.53 kcal; Białko ogółem: 68.84g; Tłuszcz: 72.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.12g; Węglowodany ogółem: 253.39g; Suma cukrów prostych: 13.91g; Błonnik pokarmowy: 14.43g; Sód: 2061.91 mg; Sól: 5.16g; Potas: 819.61 mg; Magnez: 145.30 mg; Wapń: 111.10 mg; Witamina C: 3.48 mg; Witamina E: 4.74 mg; Żelazo: 6.20 mg;

niedziela 2026-10-11	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała mielona 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Parówka drobiowa mielona 1szt. (***GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krem z selera 350ml ***(MLE, SEL)***, Udko duszone z kurczaka mielone 100g, 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)***, Szynka delikatesowa z fileta mielona 40g (***MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta z jaj, ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Actimel 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.03 kcal; Białko ogółem: 124.10g; Tłuszcz: 90.71g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.94g; Węglowodany ogółem: 288.75g; Suma cukrów prostych: 22.91g; Błonnik pokarmowy: 26.10g; Sód: 2465.00 mg; Sól: 8.14g; Potas: 3828.39 mg; Magnez: 304.11 mg; Wapń: 319.00 mg; Witamina C: 142.31 mg; Witamina E: 6.58 mg; Żelazo: 12.97 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
poniedziałek 2026-10-12	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos brokułowy 100g ***(GLU, MLE)***, Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Surówka z marchewki i kalarepy 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Chleb graham 30g **(*GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ*)**, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Szynka spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g , Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Śliwka 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2621.28 kcal; Białko ogółem: 116.66g; Tłuszcz: 115.90g; Kwasy tłuszczowe nas: 53.55g; Węglowodany ogółem: 342.48g; Suma cukrów prostych: 64.97g; Błonnik pokarmowy: 34.95g; Sód: 3263.99 mg; Sól: 10.99g; Potas: 4596.20 mg; Magnez: 471.28 mg; Wapń: 758.22 mg; Witamina C: 206.87 mg; Witamina E: 16.19 mg; Żelazo: 17.82 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml ***(MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos brokułowy 100g ***(GLU, MLE)***, Makaron gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Marchewka gotowana 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Szynka spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2606.67 kcal; Białko ogółem: 115.90g; Tłuszcz: 110.07g; Kwasy tłuszczowe nas: 53.48g; Węglowodany ogółem: 372.33g; Suma cukrów prostych: 86.06g; Błonnik pokarmowy: 33.25g; Sód: 3295.96 mg; Sól: 11.07g; Potas: 4748.23 mg; Magnez: 431.68 mg; Wapń: 714.40 mg; Witamina C: 121.64 mg; Witamina E: 11.85 mg; Żelazo: 17.81 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**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 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek kiri 1szt **(MLE)**, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos brokułowy 100g ***(GLU, MLE)***, Makaron pełnoziarnisty gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Surówka z marchewki i kalarepy 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 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 spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Śliwka 1szt.	**Podwieczorek:** Skyr naturalny 150g 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2682.08 kcal; Białko ogółem: 124.70g; Tłuszcz: 117.34g; Kwasy tłuszczowe nas: 54.07g; Węglowodany ogółem: 341.75g; Suma cukrów prostych: 63.21g; Błonnik pokarmowy: 38.47g; Sód: 3332.79 mg; Sól: 10.79g; Potas: 4703.40 mg; Magnez: 524.08 mg; Wapń: 766.22 mg; Witamina C: 206.87 mg; Witamina E: 16.85 mg; Żelazo: 19.42 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**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 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany 100g, Sos brokułowy 100g ***(GLU, MLE)***, Makaron gotowany 200g ***(GLU, JAJ)***, Marchewka gotowana 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 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 spod lady 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	**Podwieczorek:** Skyr naturalny 150g 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2651.27 kcal; Białko ogółem: 122.82g; Tłuszcz: 111.69g; Kwasy tłuszczowe nas: 54.02g; Węglowodany ogółem: 368.24g; Suma cukrów prostych: 84.18g; Błonnik pokarmowy: 38.99g; Sód: 3353.36 mg; Sól: 10.84g; Potas: 4902.23 mg; Magnez: 503.68 mg; Wapń: 726.00 mg; Witamina C: 121.64 mg; Witamina E: 12.70 mg; Żelazo: 19.95 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 700ml ***(MLE, SEL)***, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.18 kcal; Białko ogółem: 66.02g; Tłuszcz: 93.27g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.83g; Węglowodany ogółem: 416.74g; Suma cukrów prostych: 41.02g; Błonnik pokarmowy: 19.34g; Sód: 2216.39 mg; Sól: 5.61g; Potas: 2311.66 mg; Magnez: 229.50 mg; Wapń: 364.35 mg; Witamina C: 43.99 mg; Witamina E: 4.94 mg; Żelazo: 10.45 mg;

poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 350ml ***(MLE, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos brokułowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot truskawkowo-rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka spod lady mielona 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Sałatka jarzynowa rozdrobiona 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2583.01 kcal; Białko ogółem: 117.54g; Tłuszcz: 130.51g; Kwasy tłuszczowe nas: 65.43g; Węglowodany ogółem: 410.87g; Suma cukrów prostych: 51.30g; Błonnik pokarmowy: 31.14g; Sód: 3345.77 mg; Sól: 10.34g; Potas: 5286.01 mg; Magnez: 398.66 mg; Wapń: 493.87 mg; Witamina C: 115.10 mg; Witamina E: 10.46 mg; Żelazo: 17.00 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
wtorek 2026-10-13	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ),*** Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL, MLE)***, Filet z piersi indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z ziarnami i ziołami 100g ***(MLE)***, Szynka wieprzowa 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2522.14 kcal; Białko ogółem: 115.54g; Tłuszcz: 77.15g; Kwasy tłuszczowe nas: 36.14g; Węglowodany ogółem: 332.19g; Suma cukrów prostych: 56.24g; Błonnik pokarmowy: 36.66g; Sód: 4392.34 mg; Sól: 13.62g; Potas: 5440.16 mg; Magnez: 486.56 mg; Wapń: 1027.51 mg; Witamina C: 444.84 mg; Witamina E: 15.77 mg; Żelazo: 22.52 mg;

wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL, MLE)***, Filet z piersi indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Szynka wieprzowa 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2506.68 kcal; Białko ogółem: 114.65g; Tłuszcz: 74.44g; Kwasy tłuszczowe nas: 35.82g; Węglowodany ogółem: 331.25g; Suma cukrów prostych: 54.14g; Błonnik pokarmowy: 33.36g; Sód: 4296.33 mg; Sól: 13.38g; Potas: 5431.52 mg; Magnez: 451.60 mg; Wapń: 1017.55 mg; Witamina C: 397.73 mg; Witamina E: 13.32 mg; Żelazo: 22.68 mg;

wtorek 2026-10-13	**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)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL, MLE)***, Filet z piersi indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z ziarnami i ziołami 100g ***(MLE)***, Szynka wieprzowa 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.94 kcal; Białko ogółem: 119.28g; Tłuszcz: 81.29g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.62g; Węglowodany ogółem: 333.11g; Suma cukrów prostych: 60.63g; Błonnik pokarmowy: 40.18g; Sód: 4461.14 mg; Sól: 13.42g; Potas: 5730.36 mg; Magnez: 554.36 mg; Wapń: 1190.01 mg; Witamina C: 444.84 mg; Witamina E: 16.47 mg; Żelazo: 24.27 mg;

wtorek 2026-10-13	**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)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL, MLE)***, Filet z piersi indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Szynka wieprzowa 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.28 kcal; Białko ogółem: 118.27g; Tłuszcz: 78.76g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.32g; Węglowodany ogółem: 328.81g; Suma cukrów prostych: 58.41g; Błonnik pokarmowy: 39.10g; Sód: 4353.73 mg; Sól: 13.15g; Potas: 5768.52 mg; Magnez: 538.60 mg; Wapń: 1183.65 mg; Witamina C: 397.73 mg; Witamina E: 14.21 mg; Żelazo: 24.97 mg;

wtorek 2026-10-13	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

wtorek 2026-10-13	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z dyni 700ml (***MLE, SEL)***, Kompot wiśniowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.64 kcal; Białko ogółem: 61.48g; Tłuszcz: 76.93g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.58g; Węglowodany ogółem: 334.83g; Suma cukrów prostych: 27.70g; Błonnik pokarmowy: 29.91g; Sód: 2168.78 mg; Sól: 5.57g; Potas: 3574.36 mg; Magnez: 361.60 mg; Wapń: 737.98 mg; Witamina C: 435.09 mg; Witamina E: 11.93 mg; Żelazo: 18.94 mg;

wtorek 2026-10-13	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ),*** Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta mielona 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z dyni 350ml ***(MLE, SEL)***, Filet z piersi indyka z morelą duszony mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka wieprzowa mielona 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Miód 25g 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2542.92 kcal; Białko ogółem: 114.08g; Tłuszcz: 78.49g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.83g; Węglowodany ogółem: 368.34g; Suma cukrów prostych: 43.11g; Błonnik pokarmowy: 33.00g; Sód: 2783.95 mg; Sól: 9.08g; Potas: 5584.83 mg; Magnez: 459.91 mg; Wapń: 859.44 mg; Witamina C: 466.02 mg; Witamina E: 12.82 mg; Żelazo: 23.78 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
środa 2026-10-14	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z koperkiem 50g ***(MLE)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Bitka wieprzowa 100g duszona w sosie pieczeniowym 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g **(*GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Leczo warzywne 250g ***(GLU),*** Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Rzodkiewka 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt proteinowy 1szt. ***(MLE)***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2639.39 kcal; Białko ogółem: 124.73g; Tłuszcz: 119.72g; Kwasy tłuszczowe nas: 54.28g; Węglowodany ogółem: 345.38g; Suma cukrów prostych: 49.71g; Błonnik pokarmowy: 41.41g; Sód: 2258.63 mg; Sól: 9.91g; Potas: 6842.34 mg; Magnez: 636.11 mg; Wapń: 1587.26 mg; Witamina C: 798.06 mg; Witamina E: 29.96 mg; Żelazo: 30.88 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z koperkiem 50g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1Por, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Kalafior gotowany 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Leczo warzywne 250g ***(GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt proteinowy 1szt. ***(MLE)***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2553.27 kcal; Białko ogółem: 120.60g; Tłuszcz: 104.48g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.16g; Węglowodany ogółem: 347.34g; Suma cukrów prostych: 53.39g; Błonnik pokarmowy: 32.53g; Sód: 1967.40 mg; Sól: 9.18g; Potas: 5485.31 mg; Magnez: 500.77 mg; Wapń: 1074.55 mg; Witamina C: 533.97 mg; Witamina E: 20.00 mg; Żelazo: 22.50 mg;

środa 2026-10-14	**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)***, Twarożek z koperkiem 100g **(*MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Leczo warzywne 250g ***(GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Rzodkiewka 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt proteinowy 1szt. ***(MLE)***	**Podwieczorek:** Sałatka grecka 100g ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2565.11 kcal; Białko ogółem: 122.38g; Tłuszcz: 119.65g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.08g; Węglowodany ogółem: 393.20g; Suma cukrów prostych: 51.97g; Błonnik pokarmowy: 49.73g; Sód: 2727.14 mg; Sól: 10.82g; Potas: 7185.94 mg; Magnez: 720.19 mg; Wapń: 1512.26 mg; Witamina C: 822.88 mg; Witamina E: 33.34 mg; Żelazo: 34.05 mg;

środa 2026-10-14	**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)***, Twarożek z koperkiem 100g ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Kalafior gotowany 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Leczo warzywne 250g ***(GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt proteinowy 1szt. ***(MLE)***	**Podwieczorek:** Sok owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2559.82 kcal; Białko ogółem: 121.94 g; Tłuszcz: 109.28 g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.82g; Węglowodany ogółem: 337.22g; Suma cukrów prostych: 52.65 g; Błonnik pokarmowy: 38.07 g; Sód: 2043.00 mg; Sól: 8.94g; Potas: 5666.76 mg; Magnez: 575.57 mg; Wapń: 1126.10 mg; Witamina C: 531.12 mg; Witamina E: 20.83 mg; Żelazo: 24.66 mg;

środa 2026-10-14	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z brokułów 700ml ***(MLE, SEL)***, Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml **(*GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowy 1szt.	**Podwieczorek:** Maślanka naturalna 200ml ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.44 kcal; Białko ogółem: 62.10g; Tłuszcz: 75.99g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.52g; Węglowodany ogółem: 329.31g; Suma cukrów prostych: 37.77g; Błonnik pokarmowy: 25.91g; Sód: 2296.98 mg; Sól: 5.75g; Potas: 3912.96 mg; Magnez: 396.00 mg; Wapń: 822.28 mg; Witamina C: 420.67 mg; Witamina E: 11.88 mg; Żelazo: 18.95 mg;

środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**

Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g **(*GLU, SOJ*)**, Masło 20g **(*MLE*)**, Polędwica okopcona mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Twarożek z koperkiem 50g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1Por, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z brokułów 350ml ***(MLE, SEL)***, Schab w majeranku pieczony mielony 100g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU,MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Kalafior gotowany puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g **(*MLE*)**, Szynka biała mielona 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowy 1szt.	**Podwieczorek:** Maślanka naturalna 200ml ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2538.34 kcal; Białko ogółem: 119.42g; Tłuszcz: 99.07g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.69g; Węglowodany ogółem: 343.69g; Suma cukrów prostych: 51.31g; Błonnik pokarmowy: 25.75g; Sód: 2363.75 mg; Sól: 7.89g; Potas: 4907.72 mg; Magnez: 396.81 mg; Wapń: 690.32 mg; Witamina C: 337.31 mg; Witamina E: 10.81 mg; Żelazo: 18.48 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
czwartek 2026-10-15	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z tuńczyka 80g (***RYB, JAJ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Ogórek kiszony 30g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL),*** Kurczak duszony 100g po meksykańsku 100g (***GLU)***, Ryż brązowy 200g, Surówka z białej kapusty 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka brokułowa z jajkiem 160g ***(JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Polędwica bukowa 40g (***MLE, GLU, GOR, JAJ)***, Papryka świeża 40g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr Jogobella 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2786.31 kcal; Białko ogółem: 125.14g; Tłuszcz: 96.41g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.63g; Węglowodany ogółem: 358.86g; Suma cukrów prostych: 56.01g; Błonnik pokarmowy: 60.18g; Sód: 2952.39 mg; Sól: 10.19g; Potas: 7261.53 mg; Magnez: 570.10 mg; Wapń: 1568.68 mg; Witamina C: 654.53 mg; Witamina E: 17.36 mg; Żelazo: 38.23 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml ***(GLU, JAJ, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g (***RYB***), Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml (***GLU, MLE, SEL)***, Filet drobiowy marynowany w ziołach duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ryż biały 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka brokułowa z jajkiem 160g ***(JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Polędwica bukowa 40g ***(MLE, GLU, GOR, JAJ)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr Jogobella 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2701.32 kcal; Białko ogółem: 125.50g; Tłuszcz: 91.90 g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.79g; Węglowodany ogółem: 363.56g; Suma cukrów prostych: 51.87g; Błonnik pokarmowy: 54.81g; Sód: 2775.38 mg; Sól: 9.71g; Potas: 7430.73 mg; Magnez: 490.13 mg; Wapń: 1491.33 mg; Witamina C: 559.57 mg; Witamina E: 14.57 mg; Żelazo: 37.39 mg;

czwartek 2026-10-15	**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 20g (**MLE**), Paprykarz 80g ***(RYB)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Ogórek kiszony 30g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Kurczak duszony 100g po meksykańsku 100g ***(GLU)***, Ryż brązowy 200g, Surówka z białej kapusty 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka brokułowa z jajkiem 160g ***(JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Polędwica bukowa 40g ***(MLE, GLU, GOR, JAJ)***, Papryka świeża 40g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. (***MLE)***,	**Podwieczorek:** Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU,JAJ)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2717.10 kcal; Białko ogółem: 126.07g; Tłuszcz: 93.20g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.52g; Węglowodany ogółem: 347.64g; Suma cukrów prostych: 49.91g; Błonnik pokarmowy: 63.50g; Sód: 3205.16 mg; Sól: 10.38g; Potas: 7331.60 mg; Magnez: 616.90 mg; Wapń: 1467.33 mg; Witamina C: 635.41 mg; Witamina E: 19.45 mg; Żelazo: 38.87 mg;

czwartek 2026-10-15	**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 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet drobiowy marynowany w ziołach duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ryż biały 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka brokułowa z jajkiem 160g ***(JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Polędwica bukowa 40g ***(MLE, GLU, GOR, JAJ)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU,JAJ)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2715.32 kcal; Białko ogółem: 125.74g; Tłuszcz: 91.66g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.74g; Węglowodany ogółem: 389.87g; Suma cukrów prostych: 47.44g; Błonnik pokarmowy: 63.71g; Sód: 3114.25 mg; Sól: 10.42g; Potas: 7583.80 mg; Magnez: 575.33 mg; Wapń: 1427.20 mg; Witamina C: 552.97 mg; Witamina E: 15.74 mg; Żelazo: 40.35 mg;

czwartek 2026-10-15	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 700ml (***MLE, SEL)***, Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.84 kcal; Białko ogółem: 65.50g; Tłuszcz: 77.35g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.64g; Węglowodany ogółem: 335.41g; Suma cukrów prostych: 25.73g; Błonnik pokarmowy: 33.13g; Sód: 2315.38 mg; Sól: 5.74g; Potas: 3744.56 mg; Magnez: 374.20 mg; Wapń: 753.88 mg; Witamina C: 439.49 mg; Witamina E: 11.65 mg; Żelazo: 18.91 mg;

czwartek 2026-10-15	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 350ml ***(MLE, SEL)***, Filet drobiowy marynowany w ziołach duszony mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowanych puree 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Polędwica bukowa mielona 40g ***(MLE, GLU, GOR, JAJ)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEL)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. (***MLE)***,	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2677.16 kcal; Białko ogółem: 121.22g; Tłuszcz: 82.61g; Kwasy tłuszczowe nas: 59.38g; Węglowodany ogółem: 347.69g; Suma cukrów prostych: 41.89g; Błonnik pokarmowy: 33.03g; Sód: 5367.52 mg; Sól: 15.35g; Potas: 5276.62 mg; Magnez: 454.13 mg; Wapń: 965.53 mg; Witamina C: 329.12 mg; Witamina E: 14.46 mg; Żelazo: 19.44 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Bułka grahamka 1szt. ***(GLU)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajecznica 100g ***(JAJ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona panierowana 100g ***(GLU, JAJ, RYB)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Sałatka gyros 160g ***(MLE),*** Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml
II Śniadanie: Batonik twarogowy 1szt. ***(MLE)***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2661.55 kcal; Białko ogółem: 116.45g; Tłuszcz: 115.30g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.91g; Węglowodany ogółem: 316.91g; Suma cukrów prostych: 44.30g; Błonnik pokarmowy: 39.67g; Sód: 4219.58 mg; Sól: 13.11g; Potas: 5815.81 mg; Magnez: 527.19 mg; Wapń: 1152.18 mg; Witamina C: 576.16 mg; Witamina E: 30.26 mg; Żelazo: 26.04 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU MLE)***, Bułka kajzerka pszenna 1szt. ***(GLU)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Marchewka gotowana 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Jabłko pieczone 1szt., Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata ziołowa b/c 250ml
II Śniadanie: Batonik twarogowy 1szt. ***(MLE)***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2585.06 kcal; Białko ogółem: 115.34g; Tłuszcz: 88.67g; Kwasy tłuszczowe nas: 39.54g; Węglowodany ogółem: 334.68g; Suma cukrów prostych: 67.65g; Błonnik pokarmowy: 36.34g; Sód: 3865.60 mg; Sól: 12.02g; Potas: 4782.44 mg; Magnez: 379.12 mg; Wapń: 845.47 mg; Witamina C: 319.68 mg; Witamina E: 20.23 mg; Żelazo: 16.86 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Bułka grahamka 1szt. ***(GLU)***, Chleb graham 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z kiszonej kapusty 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Sałatka gyros 160g ***(MLE),*** Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml
II Śniadanie: Biszkopty b/c 30g ***(GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ)***,	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2599.85 kcal; Białko ogółem: 119.06g; Tłuszcz: 109.62g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.84g; Węglowodany ogółem: 340.85g; Suma cukrów prostych: 60.35g; Błonnik pokarmowy: 42.94g; Sód: 4217.48 mg; Sól: 12.84g; Potas: 6040.31 mg; Magnez: 578.19 mg; Wapń: 1296.98 mg; Witamina C: 576.16 mg; Witamina E: 30.57 mg; Żelazo: 26.68 mg;

piątek 2026-10-16	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Bułka grahamka 1szt. ***(GLU)***, Chleb graham 40g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Marchewka gotowana 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Jabłko pieczone 1szt., Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata ziołowa b/c 250ml
II Śniadanie: Biszkopty b/c 30g ***(GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ)***,	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2598.26 kcal; Białko ogółem: 118.50g; Tłuszcz: 92.69g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.98g; Węglowodany ogółem: 355.74g; Suma cukrów prostych: 84.54g; Błonnik pokarmowy: 43.60g; Sód: 3934.30 mg; Sól: 11.95g; Potas: 5164.04 mg; Magnez: 473.32 mg; Wapń: 1020.37 mg; Witamina C: 319.68 mg; Witamina E: 21.02 mg; Żelazo: 19.59 mg;

piątek 2026-10-16	**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)***, *H*erbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 700ml ***(MLE, SEL)***, Kompot wiśniowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. (***MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.16 kcal; Białko ogółem: 67.82g; Tłuszcz: 92.67g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.97g; Węglowodany ogółem: 433.13g; Suma cukrów prostych: 36.27g; Błonnik pokarmowy: 19.34g; Sód: 2140.46 mg; Sól: 5.68g; Potas: 2168.77 mg; Magnez: 220.51 mg; Wapń: 334.89 mg; Witamina C: 40.69 mg; Witamina E: 4.94 mg; Żelazo: 10.20 mg;

piątek 2026-10-16	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE),*** Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze mielony 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. (***MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 350ml ***(MLE, SEL)***, Ryba pieczona w ziołach mielona 100g ***(RYB)***, Sos śmietanowy 100g ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany mielony 40g ***(MLE, GLU)***, Serek haga 1szt. (***MLE)***, Twarożek naturalny 80g (***MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	**Podwieczorek:** Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2542.21 kcal; Białko ogółem: 112.05g; Tłuszcz: 91.14g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.36g; Węglowodany ogółem: 389.87g; Suma cukrów prostych: 43.75g; Błonnik pokarmowy: 25.24g; Sód: 3072.53 mg; Sól: 9.92g; Potas: 4120.02 mg; Magnez: 323.77 mg; Wapń: 495.05 mg; Witamina C: 79.84 mg; Witamina E: 6.53 mg; Żelazo: 11.49 mg;

Oddział		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
sobota 2026-10-17	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Rzodkiewka 30g, Papryka świeża 40g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Kieszonka z kurczaka z pieczarkami i serem pieczona 100g ***(MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i marchwi 150g ***(SEL)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Miód 25g 1szt., Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Ogórek zielony b/s 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kasza manna z musem owocowym 150g ***(GLU, MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2598.78 kcal; Białko ogółem: 125.34g; Tłuszcz: 106.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.59g; Węglowodany ogółem: 346.01g; Suma cukrów prostych: 63.17g; Błonnik pokarmowy: 30.36g; Sód: 3977.73 mg; Sól: 11.48g; Potas: 4699.60 mg; Magnez: 426.04 mg; Wapń: 1122.12 mg; Witamina C: 165.22 mg; Witamina E: 9.01 mg; Żelazo: 17.00 mg;

sobota 2026-10-17	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml ***(MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ***(MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE),*** Miód 25g 1szt., Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kasza manna z musem owocowym 150g ***(GLU, MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2589.36 kcal; Białko ogółem: 124.34g; Tłuszcz: 112.59g; Kwasy tłuszczowe nas: 53.11g; Węglowodany ogółem: 365.29g; Suma cukrów prostych: 62.96g; Błonnik pokarmowy: 27.79g; Sód: 5000.11 mg; Sól: 14.09g; Potas: 5535.45 mg; Magnez: 475.85 mg; Wapń: 1001.35 mg; Witamina C: 213.06 mg; Witamina E: 12.54 mg; Żelazo: 22.17 mg;

sobota 2026-10-17	**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 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Rzodkiewka 30g, Papryka świeża 40g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Kieszonka z kurczaka z pieczarkami i serem pieczona 100g ***(MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i marchwi 150g ***(SEL)***, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Ogórek zielony b/s 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sałatka z surowych warzyw 100g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2603.02 kcal; Białko ogółem: 126.68g; Tłuszcz: 105.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.36g; Węglowodany ogółem: 299.99g; Suma cukrów prostych: 61.69g; Błonnik pokarmowy: 34.29g; Sód: 3905.11 mg; Sól: 10.72g; Potas: 5058.38 mg; Magnez: 486.54 mg; Wapń: 1072.15 mg; Witamina C: 206.41 mg; Witamina E: 12.77 mg; Żelazo: 18.69 mg;

sobota 2026-10-17	**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 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ***(MLE)***, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2595.73 kcal; Białko ogółem: 125.66g; Tłuszcz: 111.30g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.03g; Węglowodany ogółem: 324.01g; Suma cukrów prostych: 59.30g; Błonnik pokarmowy: 34.48g; Sód: 5085.89 mg; Sól: 13.73g; Potas: 5743.16 mg; Magnez: 549.75 mg; Wapń: 1091.78 mg; Witamina C: 213.01 mg; Witamina E: 13.21 mg; Żelazo: 23.84 mg;

sobota 2026-10-17	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61g; Potas: 996.99 mg; Magnez: 68.97 mg; Wapń: 131.10 mg; Witamina C: 34.14 mg; Witamina E: 3.36 mg; Żelazo: 2.83 mg;

sobota 2026-10-17	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml (***GLU, SOJ, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa krem z selera 700ml ***(MLE, SEL)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok bananowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.74 kcal; Białko ogółem: 64.32g; Tłuszcz: 76.21g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.37g; Węglowodany ogółem: 268.87g; Suma cukrów prostych: 27.29g; Błonnik pokarmowy: 14.63g; Sód: 2163.88 mg; Sól: 5.36g; Potas: 1409.76 mg; Magnez: 193.70 mg; Wapń: 332.08 mg; Witamina C: 6.98 mg; Witamina E: 4.80 mg; Żelazo: 6.92 mg;

sobota 2026-10-17	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g (***MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (***GLU, MLE)***,	Zupa krem z selera 350ml ***(MLE, SEL)***, Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona mielona 100g ***(MLE)***, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Polędwica okopcona mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Miód 25g 1szt. Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	**Podwieczorek:** Sok bananowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2583.66 kcal; Białko ogółem: 123.52g; Tłuszcz: 117.73g; Kwasy tłuszczowe nas: 57.71g; Węglowodany ogółem: 342.73g; Suma cukrów prostych: 49.67g; Błonnik pokarmowy: 23.06g; Sód: 4497.69 mg; Sól: 12.26g; Potas: 4667.35 mg; Magnez: 392.76 mg; Wapń: 694.40 mg; Witamina C: 168.04 mg; Witamina E: 11.14 mg; Żelazo: 19.47 mg;