Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka z beczki 40g ***(MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 30g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml **(*GLU, SEL, MLE)***, Kurczak po chińsku duszony 200g ***(GLU,SEZ)***, Ryż brązowy 200g, Surówka Colesław 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2428.85 kcal; Białko ogółem: 110.80g; Tłuszcz: 88.65 g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.06g; Węglowodany ogółem: 303.68g; Suma cukrów prostych: 59.38g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g; Sód: 4025.81 mg; Sól: 12.69g; Potas: 2923.36 mg; Magnez: 375.11 mg; Wapń: 901.32 mg; Witamina C: 93.60 mg; Witamina E: 11.25 mg; Żelazo: 9.79 mg;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z zacierką 350ml ***(GLU, JAJ, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka z beczki 40g ***(MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Udko gotowane z kurczaka 150g, Ryż biały 200g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.60 kcal; Białko ogółem: 113.99g; Tłuszcz: 76.11g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.15g; Węglowodany ogółem: 310.81g; Suma cukrów prostych: 64.33g; Błonnik pokarmowy: 20.34g; Sód: 3717.05 mg; Sól: 11.92g; Potas: 3429.90 mg; Magnez: 309.05 mg; Wapń: 852.90 mg; Witamina C: 73.14 mg; Witamina E: 6.92 mg; Żelazo: 11.89 mg;

sobota 2026-11-07	**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)***, Szynka z beczki 40g ***(MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE),*** Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 30g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml **(*GLU, SEL, MLE)***, Kurczak po chińsku duszony 200g ***(GLU,SEZ)***, Ryż brązowy 200g, Surówka Colesław 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Kefir 150 ml 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Pomidory koktajlowe 100g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.65 kcal; Białko ogółem: 114.61g; Tłuszcz: 90.16g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.64g; Węglowodany ogółem: 290.40g; Suma cukrów prostych: 51.17g; Błonnik pokarmowy: 31.58g; Sód: 4102.36 mg; Sól: 12.37g; Potas: 3296.81 mg; Magnez: 434.66 mg; Wapń: 915.07 mg; Witamina C: 113.75 mg; Witamina E: 13.11 mg; Żelazo: 11.82 mg;

sobota 2026-11-07	**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)***, Szynka z beczki 40g ***(MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Udko gotowane z kurczaka 150g, Ryż biały 200g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek naturalny 100g **(MLE)**, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.70g; Węglowodany ogółem: 290.07g; Suma cukrów prostych: 53.20g; Błonnik pokarmowy: 25.88g; Sód: 3774.20 mg; Sól: 11.55g; Potas: 3568.15 mg; Magnez: 379.80 mg; Wapń: 861.25 mg; Witamina C: 70.29 mg; Witamina E: 7.75 mg; Żelazo: 13.96 mg;

sobota 2026-11-07	**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: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80g; Tłuszcz: 26.16 g; 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 2026-11-07	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krem z ziemniaków 700ml ***(MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.24 kcal; Białko ogółem: 68.98g; Tłuszcz: 115.36g; Kwasy tłuszczowe nas: 71.18g; Węglowodany ogółem: 288.49g; Suma cukrów prostych: 18.67g; Błonnik pokarmowy: 14.58g; Sód: 2848.48 mg; Sól: 7.27g; Potas: 1722.96 mg; Magnez: 208.20 mg; Wapń: 265.36 mg; Witamina C: 25.20 mg; Witamina E: 5.92 mg; Żelazo: 7.83 mg;

sobota 2026-11-07	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka z beczki mielona 40g ***(MLE, SOJ, GOR, DWU, GLU)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krem z ziemniaków 350ml ***(MLE)***, Udko gotowane z kurczaka mielone 150g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g Buraczki gotowane puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2458.65 kcal; Białko ogółem: 112.23g; Tłuszcz: 103.48g; Kwasy tłuszczowe nas: 60.33g; Węglowodany ogółem: 318.64g; Suma cukrów prostych: 46.14g; Błonnik pokarmowy: 20.09g; Sód: 3587.29 mg; Sól: 11.09g; Potas: 4148.58 mg; Magnez: 339.85 mg; Wapń: 471.91 mg; Witamina C: 84.39 mg; Witamina E: 6.06 mg; Żelazo: 12.68 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**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 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Papryka świeża 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab pieczony faszerowany pieczarkami 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z tuńczyka 80g ***(JAJ, RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt musli 1szt. ***(MLE, GLU)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2668.08 kcal; Białko ogółem: 122.01g; Tłuszcz: 117.01g; Kwasy tłuszczowe nas: 53.33g; Węglowodany ogółem: 281.45g; Suma cukrów prostych: 48.27g; Błonnik pokarmowy: 35.63g; Sód: 3602.27 mg; Sól: 11.82g; Potas: 5608.90 mg; Magnez: 539.34 mg; Wapń: 1410.92 mg; Witamina C: 737.52 mg; Witamina E: 21.82 mg; Żelazo: 30.20 mg;

niedziela 2026-11-08	**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 kanapkowy 1szt. **(MLE)**, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g (***RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2598.66 kcal; Białko ogółem: 120.63g; Tłuszcz: 116.95g; Kwasy tłuszczowe nas: 55.25g; Węglowodany ogółem: 282.00g; Suma cukrów prostych: 42.14g; Błonnik pokarmowy: 26.94g; Sód: 3083.96 mg; Sól: 10.46g; Potas: 4671.80 mg; Magnez: 411.11 mg; Wapń: 949.90 mg; Witamina C: 383.88 mg; Witamina E: 16.37 mg; Żelazo: 21.37 mg;

niedziela 2026-11-08	**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 kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Papryka świeża 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab pieczony faszerowany pieczarkami 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Pomidor z mozzarellą i oliwą 100g ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2695.35 kcal; Białko ogółem: 124.57g; Tłuszcz: 121.66g; Kwasy tłuszczowe nas: 56.80g; Węglowodany ogółem: 273.43g; Suma cukrów prostych: 49.25g; Błonnik pokarmowy: 39.97g; Sód: 3844.21 mg; Sól: 11.77g; Potas: 6117.53 mg; Magnez: 605.71 mg; Wapń: 1339.54 mg; Witamina C: 738.87 mg; Witamina E: 25.19 mg; Żelazo: 31.27 mg;

niedziela 2026-11-08	**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 kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku pieczony 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Brokuły gotowane 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, MLE)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2609.26 kcal; Białko ogółem: 124.65g; Tłuszcz: 119.07g; Kwasy tłuszczowe nas: 56.19g; Węglowodany ogółem: 265.06g; Suma cukrów prostych: 40.79g; Błonnik pokarmowy: 32.48g; Sód: 3173.02 mg; Sól: 10.09g; Potas: 4906.47 mg; Magnez: 490.11 mg; Wapń: 1042.17 mg; Witamina C: 378.28 mg; Witamina E: 17.20 mg; Żelazo: 23.48 mg;

niedziela 2026-11-08	**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;

niedziela 2026-11-08	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: 60.50g; Tłuszcz: 77.35g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.64g; Węglowodany ogółem: 335.41g; Suma cukrów prostych: 25.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.13 g; 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;

niedziela 2026-11-08	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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z białych warzyw 350ml ***(MLE, SEL)***, Schab w majeranku pieczony mielony 100g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Brokuły gotowane puree 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała mielona 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2533.21 kcal; Białko ogółem: 119.30g; Tłuszcz: 122.84g; Kwasy tłuszczowe nas: 64.25g; Węglowodany ogółem: 332.78g; Suma cukrów prostych: 29.32g; Błonnik pokarmowy: 30.95g; Sód: 3386.26 mg; Sól: 10.63g; Potas: 5135.85 mg; Magnez: 408.93 mg; Wapń: 672.52 mg; Witamina C: 376.68 mg; Witamina E: 13.00 mg; Żelazo: 20.80 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**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)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Eskalopki drobiowe duszone 100g ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera, marchwi 150g ***(SEL)***, Kompot jabłkowy 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., Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2530.68 kcal; Białko ogółem: 124.99g; Tłuszcz: 109.07g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.80g; Węglowodany ogółem: 367.57g; Suma cukrów prostych: 76.60g; Błonnik pokarmowy: 40.25g; Sód: 3118.06 mg; Sól: 9.27g; Potas: 5832.22 mg; Magnez: 502.95 mg; Wapń: 1135.28 mg; Witamina C: 421.44 mg; Witamina E: 22.36 mg; Żelazo: 21.28 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Bułka kajzerka 1szt. ***(GLU)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt.***(JAJ)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Filet z indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 30g (***GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Miód 25g 1szt., Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2527.63 kcal; Białko ogółem: 121.72g; Tłuszcz: 88.78g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.97g; Węglowodany ogółem: 369.59g; Suma cukrów prostych: 70.08g; Błonnik pokarmowy: 34.16 g; Sód: 2591.89 mg; Sól: 7.94g; Potas: 5284.90 mg; Magnez: 416.88 mg; Wapń: 1018.28 mg; Witamina C: 329.69 mg; Witamina E: 15.19 mg; Żelazo: 17.38 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**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)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml **(*GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Filet z indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera, marchwi 150g ***(SEL)***, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.	Podwieczorek: Jogurt wysokobiałkowy 1szt. ***(MLE)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.02 kcal; Białko ogółem: 128.85g; Tłuszcz: 89.00g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.12g; Węglowodany ogółem: 349.32g; Suma cukrów prostych: 78.28g; Błonnik pokarmowy: 41.52g; Sód: 2733.83 mg; Sól: 7.91g; Potas: 5562.36 mg; Magnez: 495.73 mg; Wapń: 1049.52 mg; Witamina C: 334.68 mg; Witamina E: 16.51 mg; Żelazo: 18.89 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**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)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU),*** Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Filet z indyka z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt.	Podwieczorek: Jogurt wysokobiałkowy 1szt. ***(MLE)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2552.38 kcal; Białko ogółem: 126.23g; Tłuszcz: 88.81 g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.08 g; Węglowodany ogółem: 341.37g; Suma cukrów prostych: 69.10g; Błonnik pokarmowy: 40.79 g; Sód: 2642.04 mg; Sól: 7.68 g; Potas: 5444.40 mg; Magnez: 492.43 mg; Wapń: 1029.63 mg; Witamina C: 329.34 mg; Witamina E: 15.81 mg; Żelazo: 19.35 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**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;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z buraka 700ml ***(MLE)***, Kompot jabłkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	Podwieczorek: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.38 kcal; Białko ogółem: 69.90g; Tłuszcz: 91.67g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.75g; Węglowodany ogółem: 425.22g; Suma cukrów prostych: 47.20g; Błonnik pokarmowy: 19.54g; Sód: 2299.39 mg; Sól: 5.87g; Potas: 2675.86 mg; Magnez: 262.90 mg; Wapń: 451.35 mg; Witamina C: 43.19 mg; Witamina E: 4.92 mg; Żelazo: 10.87 mg;

poniedziałek 2026-11-09	**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)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z buraka 350ml ***(MLE)***, Filet z indyka z morelą duszony mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowanych puree 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Miód 1szt., Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok bananowy 1szt.	Podwieczorek: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2520.10 kcal; Białko ogółem: 120.68 g; Tłuszcz: 96.38 g; Kwasy tłuszczowe nas: 53.83g; Węglowodany ogółem: 408.98g; Suma cukrów prostych: 57.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.12 g; Sód: 3181.20 mg; Sól: 9.09g; Potas: 4781.09 mg; Magnez: 378.27 mg; Wapń: 701.47 mg; Witamina C: 134.05 mg; Witamina E: 6.06 mg; Żelazo: 13.29 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**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)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek z ziarnami i ziołami 50g ***(MLE)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba panierowana pieczona 100g ***(GLU, JAJ, RYB)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Krem z dyni 250ml ***(MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Rzodkiewka 30g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2529.78 kcal; Białko ogółem: 119.80g; Tłuszcz: 96.56g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.97g; Węglowodany ogółem: 367.98g; Suma cukrów prostych: 82.91g; Błonnik pokarmowy: 41.79g; Sód: 3439.88 mg; Sól: 11.23g; Potas: 6195.32 mg; Magnez: 557.66 mg; Wapń: 1235.58 mg; Witamina C: 587.30 mg; Witamina E: 27.41 mg; Żelazo: 23.02 mg;

wtorek 2026-11-10	**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)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Powidła 1szt. 25g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (***GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka gotowana 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Krem z dyni 250ml ***(MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2510.22 kcal; Białko ogółem: 118.47g; Tłuszcz: 64.90g; Kwasy tłuszczowe nas: 36.57g; Węglowodany ogółem: 343.22g; Suma cukrów prostych: 87.99g; Błonnik pokarmowy: 34.72g; Sód: 2300.41 mg; Sól: 8.38g; Potas: 5725.38 mg; Magnez: 461.40 mg; Wapń: 824.65 mg; Witamina C: 259.95 mg; Witamina E: 10.34 mg; Żelazo: 14.69 mg;

wtorek 2026-11-10	**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)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek z ziarnami i ziołami 100g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kiszonej kapusty z olejem 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Krem z dyni 250ml ***(MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2532.37 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 76.42g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.20g; Węglowodany ogółem: 340.33g; Suma cukrów prostych: 81.76g; Błonnik pokarmowy: 44.27g; Sód: 2578.51 mg; Sól: 8.56g; Potas: 6773.69 mg; Magnez: 634.98 mg; Wapń: 1108.72 mg; Witamina C: 590.75 mg; Witamina E: 20.32 mg; Żelazo: 24.58 mg;

wtorek 2026-11-10	**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)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka gotowana 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Krem z dyni 250ml ***(MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	Podwieczorek: Serek homogenizowany naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2528.82 kcal; Białko ogółem: 121.39g; Tłuszcz: 66.52g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.11g; Węglowodany ogółem: 332.98g; Suma cukrów prostych: 86.11g; Błonnik pokarmowy: 40.46g; Sód: 2357.81 mg; Sól: 8.01g; Potas: 5879.38 mg; Magnez: 533.40 mg; Wapń: 836.25 mg; Witamina C: 259.95 mg; Witamina E: 11.18 mg; Żelazo: 16.83 mg;

wtorek 2026-11-10	**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;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml	Krem z cukinii 700ml ***(MLE)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowy 1szt.	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.22 kcal; Białko ogółem: 66.48g; Tłuszcz: 115.66g; Kwasy tłuszczowe nas: 71.22g; Węglowodany ogółem: 273.38g; Suma cukrów prostych: 20.62g; Błonnik pokarmowy: 14.08g; Sód: 2907.55 mg; Sól: 7.22g; Potas: 1547.07 mg; Magnez: 209.21 mg; Wapń: 291.91 mg; Witamina C: 20.30 mg; Witamina E: 5.96 mg; Żelazo: 7.68 mg;

wtorek 2026-11-10	**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)***, Powidła 1szt. 25g, Twarożek z ziołami 100g ***(MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml	Krem z cukinii 350ml ***(MLE)***, Ryba pieczona w ziołach mielona 100g ***(RYB)***, Sos własny 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Zrazowa podkarpacka mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Krem z dyni 250ml ***(MLE),*** Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowy 1szt.	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2542.42 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 97.84g; Kwasy tłuszczowe nas: 58.99g; Węglowodany ogółem: 323.29g; Suma cukrów prostych: 37.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.44g; Sód: 2849.96 mg; Sól: 9.05g; Potas: 4769.39 mg; Magnez: 385.66 mg; Wapń: 607.25 mg; Witamina C: 225.92 mg; Witamina E: 9.45 mg; Żelazo: 13.70 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(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)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Rukola 5g, Rzodkiewka 30g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Kotlet schabowy pieczony 100g ***(GLU, JAJ)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Marchewka z groszkiem 150g ***(GLU, MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Maślanka 200ml ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 1szt		

<u>Wartości odżywcze:</u> Wartość energetyczna: 2629.46 kcal; Białko ogółem: 115.53g; Tłuszcz: 103.33g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.29g; Węglowodany ogółem: 330.67g; Suma cukrów prostych: 61.03g; Błonnik pokarmowy: 32.02g; Sód: 3833.57 mg; Sól: 12.41g; Potas: 4580.85 mg; Magnez: 412.58 mg; Wapń: 1094.22 mg; Witamina C: 326.89 mg; Witamina E: 14.93 mg; Żelazo: 20.34 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(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)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Rukola 5g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos pomidorowy 100ml ***(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)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEL)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Maślanka 200ml ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 1szt		

<u>Wartości odżywcze:</u> Wartość energetyczna: 2574.47 kcal; Białko ogółem: 114.48g; Tłuszcz: 92.09g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.26g; Węglowodany ogółem: 334.37g; Suma cukrów prostych: 61.71g; Błonnik pokarmowy: 28.62g; Sód: 3260.66 mg; Sól: 11.09g; Potas: 4914.56 mg; Magnez: 397.62 mg; Wapń: 1063.98 mg; Witamina C: 372.82 mg; Witamina E: 10.89 mg; Żelazo: 20.18 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Rukola 5g, Rzodkiewka 30g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU,MLE, SEL)***, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos pomidorowy 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z białej kapusty 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	

<u>Wartości odżywcze:</u> Wartość energetyczna: 2594.75 kcal; Białko ogółem: 118.09g; Tłuszcz: 95.80 g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.57g; Węglowodany ogółem: 303.41g; Suma cukrów prostych: 65.26g; Błonnik pokarmowy: 32.77 g; Sód: 3706.37 mg; Sól: 11.68g; Potas: 4761.62 mg; Magnez: 459.63 mg; Wapń: 1123.91 mg; Witamina C: 382.54 mg; Witamina E: 12.94 mg; Żelazo: 21.05 mg;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Rukola 5g, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Pulpet drobiowy gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos pomidorowy 100ml ***(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)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	

<u>Wartości odżywcze:</u> Wartość energetyczna: 2583.90 kcal; Białko ogółem: 117.81g; Tłuszcz: 91.95g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.31g; Węglowodany ogółem: 301.87g; Suma cukrów prostych: 64.22g; Błonnik pokarmowy: 33.52g; Sód: 3310.99 mg; Sól: 10.70g; Potas: 4968.22 mg; Magnez: 456.83 mg; Wapń: 1053.22 mg; Witamina C: 372.70 mg; Witamina E: 11.08 mg; Żelazo: 21.58 mg;

środa 2026-11-11	**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

<u>Wartości odżywcze:</u> Wartość energetyczna: 663.66 kcal; Białko ogółem: 10.80 g; Tłuszcz: 26.16 g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30 g; Błonnik pokarmowy: 12.46 g; 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 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Krem z brokułów 700ml ***(MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml ,	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150 ml 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.24 kcal; Białko ogółem: 60.22g; Tłuszcz: 76.79g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.55g; Węglowodany ogółem: 328.53g; Suma cukrów prostych: 24.34g; Błonnik pokarmowy: 27.41g; Sód: 2159.98 mg; Sól: 5.55g; Potas: 3437.76 mg; Magnez: 357.60 mg; Wapń: 715.78 mg; Witamina C: 418.17 mg; Witamina E: 11.90 mg; Żelazo: 18.48 mg;

środa 2026-11-11	**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)***, Parówka drobiowa mielona 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Bawarka b/c 250ml ***(MLE)***,	Krem z brokułów 350ml ***(MLE)***, Pulpet drobiowy gotowany mielony 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos pomidorowy 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Kalafior gotowany puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g (***MLE)***, Polędwica okopcona mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2564.25 kcal; Białko ogółem: 116.72g; Tłuszcz: 100.03g; Kwasy tłuszczowe nas: 53.01g; Węglowodany ogółem: 335.25g; Suma cukrów prostych: 28.97g; Błonnik pokarmowy: 27.53g; Sód: 2658.70 mg; Sól: 8.87g; Potas: 4481.19 mg; Magnez: 368.84 mg; Wapń: 552.65 mg; Witamina C: 335.77 mg; Witamina E: 8.66 mg; Żelazo: 18.21 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-12	**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)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa selerowa z ryżem 350ml ***(GLU,MLE, SEL)***, Kieszonka z kurczaka z brokułem i serem pieczona 100g ***(MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka tęczowa 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka królewska 160g ***(MLE),*** Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt wysokobiałkowy naturalny 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.83 kcal; Białko ogółem: 124.94g; Tłuszcz: 103.86g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.62g; Węglowodany ogółem: 406.13g; Suma cukrów prostych: 52.91g; Błonnik pokarmowy: 51.73g; Sód: 4641.03 mg; Sól: 14.95g; Potas: 7326.69 mg; Magnez: 680.74 mg; Wapń: 1629.41 mg; Witamina C: 997.76 mg; Witamina E: 31.62 mg; Żelazo: 34.95 mg;

czwartek 2026-11-12	**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)**, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa selerowa z ryżem 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet drobiowy faszerowany brokułem duszony 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU),*** Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta warzywna 50g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Jabłko pieczone 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt wysokobiałkowy naturalny 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2506.82 kcal; Białko ogółem: 122.32g; Tłuszcz: 93.98g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.55g; Węglowodany ogółem: 404.58g; Suma cukrów prostych: 75.74g; Błonnik pokarmowy: 50.48g; Sód: 3036.77 mg; Sól: 11.14g; Potas: 7616.29 mg; Magnez: 633.95 mg; Wapń: 1530.80 mg; Witamina C: 860.57 mg; Witamina E: 22.95 mg; Żelazo: 36.27 mg;

czwartek 2026-11-12	**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)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa selerowa z ryżem 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Kieszonka z kurczaka z brokułem i serem pieczona 100g ***(MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka tęczowa 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka królewska 160g ***(MLE),*** Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Papryka świeża 30g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt wysokobiałkowy naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2581.63 kcal; Białko ogółem: 125.98g; Tłuszcz: 105.30g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.15g; Węglowodany ogółem: 399.25g; Suma cukrów prostych: 51.15g; Błonnik pokarmowy: 55.25g; Sód: 4709.83 mg; Sól: 14.61g; Potas: 7433.89 mg; Magnez: 733.54 mg; Wapń: 1637.41 mg; Witamina C: 997.76 mg; Witamina E: 32.27 mg; Żelazo: 36.55 mg;

czwartek 2026-11-12	**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)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 80g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa selerowa z ryżem 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Filet drobiowy faszerowany brokułem duszony 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta warzywna 50g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Jabłko pieczone 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt wysokobiałkowy naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2555.42 kcal; Białko ogółem: 124.24g; Tłuszcz: 95.60g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.09g; Węglowodany ogółem: 394.34g; Suma cukrów prostych: 73.86g; Błonnik pokarmowy: 56.22g; Sód: 3094.17 mg; Sól: 10.76g; Potas: 7770.29 mg; Magnez: 705.95 mg; Wapń: 1542.40 mg; Witamina C: 860.57 mg; Witamina E: 23.80 mg; Żelazo: 38.41 mg;

czwartek 2026-11-12	**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;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z kalafiora 700ml ***(MLE)***, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt wysokobiałkowy naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.24 kcal; Białko ogółem: 68.02g; Tłuszcz: 77.17g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.78g; Węglowodany ogółem: 332.11g; Suma cukrów prostych: 22.39g; Błonnik pokarmowy: 25.65g; Sód: 2220.98 mg; Sól: 5.56g; Potas: 3355.36 mg; Magnez: 351.60 mg; Wapń: 709.48 mg; Witamina C: 413.89 mg; Witamina E: 11.25 mg; Żelazo: 18.21 mg;

czwartek 2026-11-12	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany mielony 40g ***(MLE, GLU)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z kalafiora 350ml ***(MLE)***, Filet drobiowy faszerowany brokułem duszony mielony 100g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta mielona 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasta warzywna 50g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt wysokobiałkowy naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchew-jabłko 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.94 kcal; Białko ogółem: 122.66g; Tłuszcz: 90.10g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.57g; Węglowodany ogółem: 351.13g; Suma cukrów prostych: 36.37g; Błonnik pokarmowy: 29.86g; Sód: 2938.07 mg; Sól: 10.37g; Potas: 5439.96 mg; Magnez: 458.59 mg; Wapń: 819.12 mg; Witamina C: 459.31 mg; Witamina E: 13.12 mg; Żelazo: 23.07 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-13	**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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżem 1szt., Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Lasagne ze szpinakiem 250g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Kompot 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)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Sałatka z mozzarellą i suszonymi pomidorami 160g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2502.08 kcal; Białko ogółem: 110.76g; Tłuszcz: 76.92g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.12g; Węglowodany ogółem: 385.25g; Suma cukrów prostych: 90.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.44 g; Sód: 3052.89 mg; Sól: 10.36 g; Potas: 4120.04 mg; Magnez: 434.55 mg; Wapń: 1073.53 mg; Witamina C: 166.37 mg; Witamina E: 8.89 mg; Żelazo: 13.78 mg;

piątek 2026-11-13	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, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżem 1szt., Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Makaron pszenny 200g ze szpinakiem i fetą 100g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2497.98 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 81.47g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.59g; Węglowodany ogółem: 382.81g; Suma cukrów prostych: 90.07g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g; Sód: 3117.82 mg; Sól: 10.52g; Potas: 4100.35 mg; Magnez: 424.18 mg; Wapń: 1074.67 mg; Witamina C: 163.26 mg; Witamina E: 9.61 mg; Żelazo: 14.41 mg;

piątek 2026-11-13	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)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Makaron pełnoziarnisty 200g ze szpinakiem i fetą 100g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Sałatka z mozzarellą i suszonymi pomidorami 160g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	Podwieczorek: Skyr naturalny 150g 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2519.05 kcal; Białko ogółem: 119.10g; Tłuszcz: 76.01 g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.31g; Węglowodany ogółem: 378.55g; Suma cukrów prostych: 86.43g; Błonnik pokarmowy: 37.20 g; Sód: 3189.29 mg; Sól: 10.26g; Potas: 4270.74 mg; Magnez: 503.15 mg; Wapń: 1077.43 mg; Witamina C: 166.37 mg; Witamina E: 9.31 mg; Żelazo: 15.81 mg;

piątek 2026-11-13	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 naturalny 100g ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g , Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa jarzynowa z mięsem drobiowym 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Makaron pszenny 200g ze szpinakiem i fetą 100g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	Podwieczorek: Skyr naturalny 150g 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2509.95 kcal; Białko ogółem: 119.59g; Tłuszcz: 80.82g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.82g; Węglowodany ogółem: 379.30g; Suma cukrów prostych: 85.72g; Błonnik pokarmowy: 36.18g; Sód: 3291.92 mg; Sól: 10.52g; Potas: 4295.95 mg; Magnez: 508.58 mg; Wapń: 1082.57 mg; Witamina C: 163.26 mg; Witamina E: 10.22 mg; Żelazo: 16.93 mg;

piątek 2026-11-13	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: 26.16 g; 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 2026-11-13	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa krem z selera 700ml ***(SEL, MLE)***, Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2358.01 kcal; Białko ogółem: 67.91g; Tłuszcz: 80.15g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.26g; Węglowodany ogółem: 283.71g; Suma cukrów prostych: 43.32g; Błonnik pokarmowy: 15.79g; Sód: 2281.81 mg; Sól: 5.80g; Potas: 1526.09 mg; Magnez: 215.50 mg; Wapń: 625.60 mg; Witamina C: 5.93 mg; Witamina E: 4.93 mg; Żelazo: 6.97 mg;

piątek 2026-11-13	**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 naturalny 100g ***(MLE)***, Dżem 1szt., Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa krem z selera 350ml ***(SEL, MLE)***, Filet z kurczaka 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)***, Schab biały na parze mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2495.58 kcal; Białko ogółem: 120.40g; Tłuszcz: 88.15g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.57g; Węglowodany ogółem: 327.88g; Suma cukrów prostych: 58.68g; Błonnik pokarmowy: 24.14g; Sód: 3405.42 mg; Sól: 10.58g; Potas: 4185.12 mg; Magnez: 367.52 mg; Wapń: 832.94 mg; Witamina C: 61.27 mg; Witamina E: 6.08 mg; Żelazo: 10.30 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Ogórek kiszony 30g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Pieczeń z szynki duszona 100g, Sos pieczeniowy 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z ciecierzycy 50g, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 20g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2549.89 kcal; Białko ogółem: 112.69g; Tłuszcz: 116.48g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.58g; Węglowodany ogółem: 342.63g; Suma cukrów prostych: 54.94g; Błonnik pokarmowy: 26.42g; Sód: 2789.03 mg; Sól: 9.52g; Potas: 4569.97 mg; Magnez: 359.59 mg; Wapń: 884.21 mg; Witamina C: 193.96 mg; Witamina E: 15.31 mg; Żelazo: 16.32 mg;

sobota 2026-11-14	**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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Pieczeń z szynki duszona 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2508.36 kcal; Białko ogółem: 111.71g; Tłuszcz: 109.42g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.20g; Węglowodany ogółem: 361.57g; Suma cukrów prostych: 64.70g; Błonnik pokarmowy: 28.04g; Sód: 2398.41 mg; Sól: 8.48g; Potas: 4733.54 mg; Magnez: 343.51 mg; Wapń: 825.12 mg; Witamina C: 180.65 mg; Witamina E: 12.59 mg; Żelazo: 16.67 mg;

sobota 2026-11-14	**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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Ogórek kiszony 30g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Pieczeń z szynki duszona 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z ciecierzycy 50g, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy b/c 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok warzywny 1szt	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2561.09 kcal; Białko ogółem: 114.15g; Tłuszcz: 114.84g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.40g; Węglowodany ogółem: 344.73g; Suma cukrów prostych: 62.16g; Błonnik pokarmowy: 29.94g; Sód: 2678.23 mg; Sól: 8.82g; Potas: 4660.57 mg; Magnez: 406.19 mg; Wapń: 730.81 mg; Witamina C: 193.96 mg; Witamina E: 15.89 mg; Żelazo: 17.78 mg;

sobota 2026-11-14	**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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Pieczeń z szynki duszona 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy b/c 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok warzywny 1szt	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2548.36 kcal; Białko ogółem: 114.71g; Tłuszcz: 109.42g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.20g; Węglowodany ogółem: 361.57g; Suma cukrów prostych: 64.70g; Błonnik pokarmowy: 28.04g; Sód: 2398.41 mg; Sól: 8.48g; Potas: 4733.54 mg; Magnez: 343.51 mg; Wapń: 825.12 mg; Witamina C: 180.65 mg; Witamina E: 12.59 mg; Żelazo: 16.67 mg;

sobota 2026-11-14	**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: 10.80 g; Tłuszcz: 26.16 g; 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 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z marchwi 700ml ***(MLE)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.13 kcal; Białko ogółem: 68.03g; Tłuszcz: 92.28g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.38g; Węglowodany ogółem: 422.82g; Suma cukrów prostych: 45.14g; Błonnik pokarmowy: 20.60g; Sód: 2246.74 mg; Sól: 5.83g; Potas: 2005.26 mg; Magnez: 220.60 mg; Wapń: 332.80 mg; Witamina C: 56.47 mg; Witamina E: 5.52 mg; Żelazo: 8.19 mg;

sobota 2026-11-14	**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 marchwi 350ml ***(MLE)***, Pieczeń z szynki duszona mielona 100g, Sos własny 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowanych puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Koktajl owocowy 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2501.29 kcal; Białko ogółem: 115.87g; Tłuszcz: 123.95g; Kwasy tłuszczowe nas: 61.18g; Węglowodany ogółem: 403.95g; Suma cukrów prostych: 57.39g; Błonnik pokarmowy: 26.93g; Sód: 3297.67 mg; Sól: 10.43g; Potas: 4382.06 mg; Magnez: 342.20 mg; Wapń: 650.33 mg; Witamina C: 155.23 mg; Witamina E: 8.04 mg; Żelazo: 16.55 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**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)***, Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(JAJ, RYB)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Papryka świeża 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Bitki wieprzowe duszone 100g, Sos pieczeniowy 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2623.91 kcal; Białko ogółem: 124.02g; Tłuszcz: 99.30g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.46g; Węglowodany ogółem: 347.83g; Suma cukrów prostych: 62.55g; Błonnik pokarmowy: 36.02g; Sód: 4795.77 mg; Sól: 14.09g; Potas: 6279.60 mg; Magnez: 490.25 mg; Wapń: 902.27 mg; Witamina C: 249.55 mg; Witamina E: 16.32 mg; Żelazo: 19.15 mg;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml **(MLE)**, Chleb pszenny 30g **(GLU, SOJ)**, Chleb pszenno-żytni 80.0g **(GLU, SOJ, SEZ)**, Masło 20g **(MLE)**, Pasta z jaj, ryby i koperku 100g **(JAJ)**, Polędwica okopcona 40g **(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)**, Serek kanapkowy 1szt **(MLE)**, Pomidor b/s 40g , Sałata zielona 10g , Herbata czarna b/c 250ml ,	Zupa kalafiorowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Roladka drobiowa z masłem pietruszką duszona 100g **(MLE)**, Ziemniaki z koperkiem 200g , Marchewka baby 150g , Sos pietruszkowy 100ml **(GLU, MLE)**, Kompot rabarbarowy 250ml ,	Chleb pszenny 30g **(GLU, SOJ)**, Chleb pszenno-żytni 80.0g **(GLU, SOJ, SEZ)**, Masło 20g **(MLE)**, Sałatka jarzynowa 160g **(SEL)**, Serek haga 1szt. **(MLE)**, Schab biały na parze 40g **(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)**, Sałata zielona 10g , Pomidor b/s 40g , Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Serek wiejski 200g 1szt **(MLE)**,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2575.45 kcal; Białko ogółem: 121.30 g; Tłuszcz: 101.21 g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.17 g; Węglowodany ogółem: 354.68 g; suma cukrów prostych: 54.48 g; Błonnik pokarmowy: 36.99 g; Sód: 5821.73 mg; Sól: 16.66 g; Potas: 6439.66 mg; Magnez: 523.81 mg; Wapń: 960.42 mg; Witamina C: 265.35 mg; Witamina E: 17.49 mg; Żelazo: 19.60 mg;

niedziela 2026-11-15	**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)***, Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(JAJ, RYB)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Papryka świeża 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ***(MLE)***, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z buraczków 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Jabłko 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2593.35 kcal; Białko ogółem: 123.83g; Tłuszcz: 103.83g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.86g; Węglowodany ogółem: 375.74g; Suma cukrów prostych: 78.77g; Błonnik pokarmowy: 46.05g; Sód: 6059.96 mg; Sól: 16.74g; Potas: 7066.52 mg; Magnez: 613.83 mg; Wapń: 1010.04 mg; Witamina C: 358.60 mg; Witamina E: 19.86 mg; Żelazo: 23.82 mg;

niedziela 2026-11-15	**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)***, Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(JAJ, RYB)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa kalafiorowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona 100g ***(MLE)***, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka baby gotowana 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Serek wiejski 200g 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2584.05 kcal; Białko ogółem: 122.02g; Tłuszcz: 103.63g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.80g; Węglowodany ogółem: 368.64g; Suma cukrów prostych: 72.00g; Błonnik pokarmowy: 46.73g; Sód: 5883.13 mg; Sól: 16.29g; Potas: 6861.66 mg; Magnez: 601.81 mg; Wapń: 980.02 mg; Witamina C: 283.75 mg; Witamina E: 19.32 mg; Żelazo: 22.34 mg;

niedziela 2026-11-15	**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: 10.80 g; Tłuszcz: 26.16 g; Kwasy tłuszczowe nas: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46 g; Sód: 243.24 mg; Sól: 0.61 g; 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 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 700ml ***(MLE)***, Kompot rabarbarowy 250m,	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: 2356.24 kcal; Białko ogółem: 68.22g; Tłuszcz: 77.59g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.61g; Węglowodany ogółem: 320.83g; Suma cukrów prostych: 31.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.71g; Sód: 2213.98 mg; Sól: 5.48g; Potas: 3548.76 mg; Magnez: 362.60 mg; Wapń: 735.28 mg; Witamina C: 421.47 mg; Witamina E: 11.89 mg; Żelazo: 18.53 mg;

niedziela 2026-11-15	**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)***, Pasta z jaj, ryby i koperku 100g ***(JAJ, RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z zielonych warzyw 350ml ***(MLE)***, Roladka drobiowa z masłem i pietruszką duszona mielona 100g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Sos pietruszkowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze mielony 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa rozdrobiona 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok bananowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2558.98 kcal; Białko ogółem: 120.64g; Tłuszcz: 104.64g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.52g; Węglowodany ogółem: 374.05g; Suma cukrów prostych: 43.76g; Błonnik pokarmowy: 38.28g; Sód: 3473.94 mg; Sól: 10.60g; Potas: 6661.35 mg; Magnez: 528.37 mg; Wapń: 811.60 mg; Witamina C: 424.09 mg; Witamina E: 20.56 mg; Żelazo: 23.05 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Rzodkiewka 40g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Zraz wieprzowy ze schabu z farszem pieczony 100g ***(GLU)***, Sos pieczeniowy 100ml ***(GLU)***, Kasza gryczana 200g ***(GLU)***, Surówka szwedzka 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka z makaronem orzo i fasolą czerwoną 160g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Papryka świeża 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kasza manna z musem owocowym 150g ***(GLU,MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.17 kcal; Białko ogółem: 122.97g; Tłuszcz: 108.02g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.29g; Węglowodany ogółem: 406.07g; Suma cukrów prostych: 49.88g; Błonnik pokarmowy: 50.33g; Sód: 3631.51 mg; Sól: 12.60g; Potas: 6121.93 mg; Magnez: 601.34 mg; Wapń: 1216.40 mg; Witamina C: 388.58 mg; Witamina E: 19.30 mg; Żelazo: 31.71 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Schab ze śliwką pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Kasza jęczmienna 200g ***(GLU)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka z makaronem orzo 160g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Kasza manna z musem owocowym 150g ***(GLU,MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2501.14 kcal; Białko ogółem: 123.98g; Tłuszcz: 92.18g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.41g; Węglowodany ogółem: 354.44g; Suma cukrów prostych: 53.23g; Błonnik pokarmowy: 24.89g; Sód: 3100.07 mg; Sól: 11.13g; Potas: 3524.26 mg; Magnez: 314.03 mg; Wapń: 768.04 mg; Witamina C: 85.63 mg; Witamina E: 10.80 mg; Żelazo: 12.58 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony 40g, Rzodkiewka 30g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Zraz wieprzowy ze schabu z farszem pieczony 100g ***(GLU)***, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Kasza gryczana 200g ***(GLU)***, Surówka szwedzka 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka z makaronem orzo 160g ***(GLU, JAJ)***, Serek kiri 1szt.***(MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ),*** Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, MLE)***,	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2533.49 kcal; Białko ogółem: 128.68 g; Tłuszcz: 106.24 g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.15 g; Węglowodany ogółem: 378.52g; Suma cukrów prostych: 48.79 g; Błonnik pokarmowy: 53.10 g; Sód: 3667.44 mg; Sól: 12.32 g; Potas: 6277.34 mg; Magnez: 655.29 mg; Wapń: 1288.98 mg; Witamina C: 387.88 mg; Witamina E: 19.79 mg; Żelazo: 33.11 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Parówka drobiowa 1szt***. (GOR, SEL, SOJ, MLE),*** Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Rukola 5g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Schab ze śliwką pieczony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Kasza jęczmienna 200g ***(GLU)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka z makaronem orzo 160g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ),*** Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU,MLE)***,	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2522.26 kcal; Białko ogółem: 127.58g; Tłuszcz: 90.59g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.28g; Węglowodany ogółem: 323.53g; Suma cukrów prostych: 52.01g; Błonnik pokarmowy: 29.88g; Sód: 3124.60 mg; Sól: 10.82g; Potas: 3726.47 mg; Magnez: 387.18 mg; Wapń: 844.22 mg; Witamina C: 84.93 mg; Witamina E: 11.48 mg; Żelazo: 14.53 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**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)***, 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 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z dyni 700ml ***(MLE)***, Kompot wiśniowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml ,
II Śniadanie: Sok marchwiowy 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.84 kcal; Białko ogółem: 61.86g; Tłuszcz: 77.33g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.82g; Węglowodany ogółem: 327.21g; Suma cukrów prostych: 28.68g; Błonnik pokarmowy: 28.41g; Sód: 2194.78 mg; Sól: 5.64g; Potas: 3838.56 mg; Magnez: 386.00 mg; Wapń: 774.98 mg; Witamina C: 435.29 mg; Witamina E: 11.94 mg; Żelazo: 19.26 mg;

poniedziałek 2026-11-16	**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)***, Parówka drobiowa mielona 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml	Krem z dyni 350ml ***(MLE)***, Schab ze śliwką pieczony mielony 100g, Sos własny 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab szlachecki 40g ***(SOJ)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowy 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2516.93 kcal; Białko ogółem: 124.06g; Tłuszcz: 110.81g; Kwasy tłuszczowe nas: 59.49g; Węglowodany ogółem: 304.78g; Suma cukrów prostych: 38.12g; Błonnik pokarmowy: 24.58g; Sód: 2785.22 mg; Sól: 9.08g; Potas: 4381.80 mg; Magnez: 365.43 mg; Wapń: 657.59 mg; Witamina C: 262.10 mg; Witamina E: 10.66 mg; Żelazo: 20.19 mg;