Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-28	**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)***, Twarożek typu grani 1szt. ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Dżemik 25g 1szt., Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 30g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350g ***(GLU, SEL, MLE)***, Kurczak duszony po chińsku 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)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pomidor z mozzarellą i oliwą 100g ***(MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543.49 kcal; Białko ogółem: 116.69g; Tłuszcz: 83.54g; Kwasy tłuszczowe nas: 39.32g; Węglowodany ogółem: 340.26g; Suma cukrów prostych: 96.86g; Błonnik pokarmowy: 35.37g; Sód: 3843.54 mg; Sól: 11.54g; Potas: 3860.55 mg; Magnez: 408.96 mg; Wapń: 1124.02 mg; Witamina C: 301.44 mg; Witamina E: 16.24 mg; Żelazo: 11.16 mg;

środa 2026-10-28	**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)***, Twarożek typu grani 1szt. ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Dżemik 25g 1szt., Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Potrawka drobiowa duszona 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ryż biały 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2544.54 kcal; Białko ogółem: 114.67g; Tłuszcz: 75.25g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.92g; Węglowodany ogółem: 335.39g; Suma cukrów prostych: 88.87g; Błonnik pokarmowy: 29.90g; Sód: 3462.90 mg; Sól: 10.59g; Potas: 3786.44 mg; Magnez: 338.05 mg; Wapń: 1082.78 mg; Witamina C: 132.99 mg; Witamina E: 8.14 mg; Żelazo: 12.02 mg;

środa 2026-10-28	**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)***, Twarożek typu grani 1szt. ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 30g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Kurczak duszony po chińsku 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)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pomidor z mozzarellą i oliwą 100g ***(MLE),*** Serek haga 1szt. ***(MLE),*** Rzodkiewka 30g, Sałata zielona 10g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2600.29 kcal; Białko ogółem: 120.86g; Tłuszcz: 96.83g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.05g; Węglowodany ogółem: 331.28g; Suma cukrów prostych: 92.53g; Błonnik pokarmowy: 38.69g; Sód: 4011.09 mg; Sól: 11.58g; Potas: 4151.50 mg; Magnez: 477.51 mg; Wapń: 1297.02 mg; Witamina C: 298.59 mg; Witamina E: 17.21 mg; Żelazo: 12.88 mg;

środa 2026-10-28	**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)***, Twarożek typu grani 1szt. ***(MLE)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Barszcz czerwony 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Potrawka drobiowa duszona 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ryż biały 200g, Bukiet jarzyn gotowanych 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2600.24 kcal; Białko ogółem: 119.77g; Tłuszcz: 88.63g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.67g; Węglowodany ogółem: 324.73g; Suma cukrów prostych: 84.47g; Błonnik pokarmowy: 34.33g; Sód: 3624.75 mg; Sól: 10.62g; Potas: 4100.79 mg; Magnez: 416.20 mg; Wapń: 1257.58 mg; Witamina C: 130.14 mg; Witamina E: 9.21 mg; Żelazo: 14.02 mg;

środa 2026-10-28	**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 2026-10-28	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Krem z brokułów 700ml ***(MLE)***, Kompot truskawkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2357.71 kcal; Białko ogółem: 69.39g; Tłuszcz: 82.33g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.17g; Węglowodany ogółem: 347.65g; Suma cukrów prostych: 36.35g; Błonnik pokarmowy: 27.07g; Sód: 2248.91 mg; Sól: 5.83g; Potas: 3828.29 mg; Magnez: 399.80 mg; Wapń: 1005.30 mg; Witamina C: 420.62 mg; Witamina E: 12.09 mg; Żelazo: 18.95 mg;

środa 2026-10-28	**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 typu grani 1szt. ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Krem z brokułów 350ml ***(MLE)***, Potrawka drobiowa duszona mielona 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Bukiet jarzyn gotowanych puree 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2535.55 kcal; Białko ogółem: 118.88g; Tłuszcz: 85.62g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.15g; Węglowodany ogółem: 363.90g; Suma cukrów prostych: 56.89g; Błonnik pokarmowy: 29.98g; Sód: 3061.02 mg; Sól: 8.93g; Potas: 5271.72 mg; Magnez: 455.02 mg; Wapń: 1054.01 mg; Witamina C: 322.56 mg; Witamina E: 9.21 mg; Żelazo: 16.95 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**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)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica bukowa 40g (***SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Skrzydełka pieczone w sezamie pieczone 100g (***SEZ)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchwi 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	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)***, Ketchup 15g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.74 kcal; Białko ogółem: 107.16g; Tłuszcz: 94.48g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.64g; Węglowodany ogółem: 286.91g; Suma cukrów prostych: 59.48g; Błonnik pokarmowy: 30.62g; Sód: 3375.76 mg; Sól: 10.93g; Potas: 4261.19 mg; Magnez: 390.93 mg; Wapń: 895.80 mg; Witamina C: 153.39 mg; Witamina E: 7.51 mg; Żelazo: 13.32 mg;

czwartek 2026-10-29	**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 tartare 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica bukowa 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (***GLU, SEL, MLE)***, Udko pieczone z kurczaka 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU),*** Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2491.42 kcal; Białko ogółem: 107.76g; Tłuszcz: 93.15g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.54g; Węglowodany ogółem: 286.07g; Suma cukrów prostych: 59.44g; Błonnik pokarmowy: 24.52g; Sód: 3147.73 mg; Sól: 10.36g; Potas: 4872.32 mg; Magnez: 395.26 mg; Wapń: 863.98 mg; Witamina C: 118.98 mg; Witamina E: 6.64 mg; Żelazo: 15.44 mg;

czwartek 2026-10-29	**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 tartare 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica bukowa 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Papryka świeża 40g, Ogórek kiszony 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Skrzydełka pieczone w sezamie 100g ***(SEZ),*** Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z marchwi 150g, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU),*** Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.54 kcal; Białko ogółem: 109.20g; Tłuszcz: 97.42g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.20g; Węglowodany ogółem: 289.03g; Suma cukrów prostych: 66.72g; Błonnik pokarmowy: 34.14g; Sód: 3444.56 mg; Sól: 10.67g; Potas: 4368.39 mg; Magnez: 443.73 mg; Wapń: 903.80 mg; Witamina C: 153.39 mg; Witamina E: 8.17 mg; Żelazo: 14.92 mg;

czwartek 2026-10-29	**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 tartare 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica bukowa 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Udko pieczone z kurczaka 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot rabarbarowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Indyk biały gotowany 40g ***(MLE, GLU),*** Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok warzywny 1szt	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.02 kcal; Białko ogółem: 108.68g; Tłuszcz: 94.77g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.09g; Węglowodany ogółem: 275.83g; Suma cukrów prostych: 57.56g; Błonnik pokarmowy: 30.26g; Sód: 3205.13 mg; Sól: 9.98g; Potas: 5026.32 mg; Magnez: 467.26 mg; Wapń: 875.58 mg; Witamina C: 118.98 mg; Witamina E: 7.48 mg; Żelazo: 17.58 mg;

czwartek 2026-10-29	**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;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml **(*GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krem z ziemniaków 700ml ***(MLE)***, Kompot rabarbarowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml **(MLE)**,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.24 kcal; Białko ogółem: 60.78g; Tłuszcz: 113.66g; Kwasy tłuszczowe nas: 69.91g; Węglowodany ogółem: 302.09g; Suma cukrów prostych: 21.92g; Błonnik pokarmowy: 16.28g; Sód: 2979.48 mg; Sól: 7.45g; Potas: 1855.96 mg; Magnez: 221.20 mg; Wapń: 335.86 mg; Witamina C: 25.20 mg; Witamina E: 5.88 mg; Żelazo: 7.98 mg; mg;

czwartek 2026-10-29	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Polędwica bukowa mielona 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krem z ziemniaków 350ml ***(MLE)***, Udko duszone z kurczaka mielone 100g, Sos własny 100g ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot rabarbarowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Indyk biały gotowany mielony 40g ***(MLE, GLU),*** Parówka drobiowa mielona 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Maślanka 200ml ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2481.79 kcal; Białko ogółem: 106.49g; Tłuszcz: 123.59g; Kwasy tłuszczowe nas: 70.14g; Węglowodany ogółem: 321.94g; Suma cukrów prostych: 38.36g; Błonnik pokarmowy: 21.66g; Sód: 3385.84 mg; Sól: 10.44g; Potas: 4048.27 mg; Magnez: 324.69 mg; Wapń: 470.38 mg; Witamina C: 82.19 mg; Witamina E: 5.76 mg; Żelazo: 14.50 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**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)***, Twarożek ze szczypiorkiem 80g ***(MLE)***, Powidła 1szt., Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata owocowa bez cukru 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 150g, Kompot jabłkowy 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)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałatka makaronowa z czerwoną fasolką 160g ***(GLU, JAJ,MLE)***, Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sałatka z gruszką, fetą i rukolą 50g ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2565.43 kcal; Białko ogółem: 122.85g; Tłuszcz: 96.20g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.35g; Węglowodany ogółem: 357.81g; Suma cukrów prostych: 53.04g; Błonnik pokarmowy: 57.89g; Sód: 3452.32 mg; Sól: 11.26g; Potas: 7352.63 mg; Magnez: 547.61 mg; Wapń: 1573.29 mg; Witamina C: 685.81 mg; Witamina E: 28.89 mg; Żelazo: 34.84 mg;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80.0g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Powidła 1szt., Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata owocowa bez cukru 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka baby gotowana 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałatka makaronowa z brokułem 160g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.55 kcal; Białko ogółem: 120.63g; Tłuszcz: 67.59g; Kwasy tłuszczowe nas: 37.99g; Węglowodany ogółem: 343.00g; Suma cukrów prostych: 51.21g; Błonnik pokarmowy: 52.29g; Sód: 2523.94 mg; Sól: 8.94g; Potas: 7079.69 mg; Magnez: 414.74 mg; Wapń: 1172.19 mg; Witamina C: 349.55 mg; Witamina E: 8.46 mg; Żelazo: 29.71 mg;

piątek 2026-10-30	**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)***, Twarożek ze szczypiorkiem 80g ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Herbata owocowa bez cukru 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 jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałatka makaronowa z czerwoną fasolką 160g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Papryka świeża 30g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sałatka z gruszką, fetą i rukolą 50g ***(MLE)***,	Podwieczorek: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, JAJ)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2571.43 kcal; Białko ogółem: 123.84g; Tłuszcz: 78.41 g; Kwasy tłuszczowe nas: 39.68g; Węglowodany ogółem: 328.28g; Suma cukrów prostych: 51.20g; Błonnik pokarmowy: 60.15 g; Sód: 2748.35 mg; Sól: 8.99g; Potas: 7834.06 mg; Magnez: 615.15 mg; Wapń: 1582.45 mg; Witamina C: 688.23 mg; Witamina E: 21.01 mg; Żelazo: 36.28 mg;

piątek 2026-10-30	**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)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata owocowa bez cukru 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Ryba pieczona w ziołach 100g ***(RYB)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka baby gotowana 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałatka makaronowa z brokułem 160g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, JAJ)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2549.15 kcal; Białko ogółem: 123.55g; Tłuszcz: 69.21g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.53g; Węglowodany ogółem: 332.76g; Suma cukrów prostych: 49.33g; Błonnik pokarmowy: 58.03g; Sód: 2581.34 mg; Sól: 8.57g; Potas: 7233.69 mg; Magnez: 486.74 mg; Wapń: 1183.79 mg; Witamina C: 349.55 mg; Witamina E: 9.31 mg; Żelazo: 31.85 mg;

piątek 2026-10-30	**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: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 102.89g; Suma cukrów prostych: 14.30g; Błonnik pokarmowy: 12.46g; 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;

piątek 2026-10-30	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata owocowa bez cukru 250ml	Krem z buraka 700ml ***(MLE)***, Kompot jabłkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Actimel 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.18 kcal; Białko ogółem: 62.12g; Tłuszcz: 89.77g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.82g; Węglowodany ogółem: 416.64g; Suma cukrów prostych: 27.62g; Błonnik pokarmowy: 21.04g; Sód: 2140.39 mg; Sól: 5.48g; Potas: 1985.66 mg; Magnez: 205.50 mg; Wapń: 180.35 mg; Witamina C: 40.69 mg; Witamina E: 4.90 mg; Żelazo: 10.05 mg;

piątek 2026-10-30	**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)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Powidła 1szt., Herbata owocowa bez cukru 250ml	Krem z buraka 350ml ***(MLE)***, Ryba pieczona w ziołach mielona 100g ***(RYB)***, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot jabłkowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała mielona 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Actimel 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2522.47 kcal; Białko ogółem: 118.11g; Tłuszcz: 101.40g; Kwasy tłuszczowe nas: 54.03g; Węglowodany ogółem: 375.37g; Suma cukrów prostych: 35.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.99g; Sód: 2776.00 mg; Sól: 8.98g; Potas: 3946.24 mg; Magnez: 301.99 mg; Wapń: 329.38 mg; Witamina C: 80.54 mg; Witamina E: 6.22 mg; Żelazo: 13.25 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**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)***, Jajecznica 100g ***(JAJ)***, Schab benedykta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Gulasz węgierski 200g ***(GLU)***, Kasza jęczmienna 200g ***(GLU)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta z makreli 80g ***(RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Ogórek kiszony 40g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr owocowy 150g 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2567.10 kcal; Białko ogółem: 123.09g; Tłuszcz: 114.78g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.52g; Węglowodany ogółem: 286.75g; Suma cukrów prostych: 52.61g; Błonnik pokarmowy: 35.23g; Sód: 2206.10 mg; Sól: 8.14g; Potas: 5069.83 mg; Magnez: 498.22 mg; Wapń: 1103.83 mg; Witamina C: 535.04 mg; Witamina E: 19.59 mg; Żelazo: 26.72 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 40.0g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Schab benedykta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Gulasz drobiowy z cukinią i marchewką 200g ***(GLU)***, Kasza jęczmienna 200g ***(GLU)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr owocowy 150g 1szt. ***(MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2559.87 kcal; Białko ogółem: 121.87g; Tłuszcz: 84.45g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.91g; Węglowodany ogółem: 276.78g; Suma cukrów prostych: 50.05g; Błonnik pokarmowy: 23.84g; Sód: 2312.95 mg; Sól: 8.96g; Potas: 3449.90 mg; Magnez: 315.29 mg; Wapń: 648.25 mg; Witamina C: 72.23 mg; Witamina E: 8.48 mg; Żelazo: 12.50 mg;

sobota 2026-10-31	**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)***, Jajko 1szt.***(JAJ)***, Schab benedykta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g , Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Gulasz węgierski 200g ***(GLU)***, Kasza jęczmienna 200g ***(GLU)***, Surówka z buraczków 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Paprykarz 80g ***(RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Ogórek kiszony 40g , Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Marchewka w słupkach 50g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2578.05 kcal; Białko ogółem: 128.06g; Tłuszcz: 100.82g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.46g; Węglowodany ogółem: 299.07g; Suma cukrów prostych: 53.64g; Błonnik pokarmowy: 37.96g; Sód: 2536.00 mg; Sól: 8.81g; Potas: 4578.83 mg; Magnez: 487.29 mg; Wapń: 895.98 mg; Witamina C: 356.64 mg; Witamina E: 17.33 mg; Żelazo: 21.14 mg;

sobota 2026-10-31	**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)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Schab benedykta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata ziołowa b/c 250ml	Żurek z ziemniakami 350ml ***(GLU, MLE, SEL)***, Gulasz drobiowy z cukinią i marchewką 200g ***(GLU)***, Kasza jęczmienna 200g ***(GLU)***, Buraczki gotowane 150g ***(GLU)***, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE),*** Paprykarz 80g ***(RYB)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Skyr naturalny 150g 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2569.67 kcal; Białko ogółem: 125.35g; Tłuszcz: 86.39g; Kwasy tłuszczowe nas: 44.46g; Węglowodany ogółem: 287.74g; Suma cukrów prostych: 48.73g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Sód: 2526.75 mg; Sól: 9.10g; Potas: 3663.10 mg; Magnez: 398.89 mg; Wapń: 666.65 mg; Witamina C: 72.23 mg; Witamina E: 9.51 mg; Żelazo: 15.12 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krem z selera 700ml ***(SEL, MLE)***, Kompot wieloowocowy 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: 2366.53 kcal; Białko ogółem: 64.54g; Tłuszcz: 75.01g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.07g; Węglowodany ogółem: 261.19g; Suma cukrów prostych: 20.06g; Błonnik pokarmowy: 14.43g; Sód: 2061.91 mg; Sól: 5.30g; Potas: 1002.61 mg; Magnez: 160.30 mg; Wapń: 265.60 mg; Witamina C: 3.48 mg; Witamina E: 4.79 mg; Żelazo: 6.35 mg;

sobota 2026-10-31	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab benedykta mielony 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Herbata ziołowa b/c 250ml	Zupa krem z selera 350ml ***(SEL, MLE)***, Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos własny 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	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 kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchwiowy 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2547.91 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 117.18g; Kwasy tłuszczowe nas: 63.52g; Węglowodany ogółem: 296.03g; Suma cukrów prostych: 36.29g; Błonnik pokarmowy: 19.90g; Sód: 3110.68 mg; Sól: 9.89g; Potas: 3803.51 mg; Magnez: 307.15 mg; Wapń: 424.36 mg; Witamina C: 71.75 mg; Witamina E: 5.43 mg; Żelazo: 16.52 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek naturalny 50g ***(MLE)***, Szynka delikatna z fileta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Rosół z makaronem 350ml (***GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku duszony 100g, Sos pieczeniowy 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Marchewka z groszkiem 150g ***(GLU, MLE)***, Kompot z wiśni 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 tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 40g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Babka 60g ***(GLU, SEZ, JAJ, MLE)***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2496.67 kcal; Białko ogółem: 114.38g; Tłuszcz: 94.88g; Kwasy tłuszczowe nas: 46.24g; Węglowodany ogółem: 316.10g; Suma cukrów prostych: 46.61g; Błonnik pokarmowy: 30.21g; Sód: 3269.52 mg; Sól: 10.53g; Potas: 4694.76 mg; Magnez: 382.50 mg; Wapń: 850.57 mg; Witamina C: 174.25 mg; Witamina E: 15.44 mg; Żelazo: 11.71 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z ryżem 350ml ***(MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g (***MLE)***, Twarożek naturalny 50g ***(MLE)***, Szynka delikatna z fileta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Dżemik 25g 1szt., Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku duszony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot z wiśni 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g (***JAJ, MLE, SEL)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Babka 60g ***(GLU, SEZ, JAJ, MLE)***		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482.27 kcal; Białko ogółem: 112.21g; Tłuszcz: 78.91g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.74g; Węglowodany ogółem: 302.58g; Suma cukrów prostych: 52.40g; Błonnik pokarmowy: 25.87g; Sód: 2399.59 mg; Sól: 8.36g; Potas: 4879.55 mg; Magnez: 356.45 mg; Wapń: 695.96 mg; Witamina C: 212.75 mg; Witamina E: 13.78 mg; Żelazo: 10.89 mg;

niedziela 2026-11-01	**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)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Szynka delikatna z fileta 40g ***(SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku duszony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z czerwonej kapusty 150g, Kompot z wiśni b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g (***JAJ, MLE, SEL)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Ogórek zielony b/s 40g, Papryka świeża 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Biszkopty b/c 30g ***(GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ)***,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2506.26 kcal; Białko ogółem: 119.28g; Tłuszcz: 94.15g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.55g; Węglowodany ogółem: 349.93g; Suma cukrów prostych: 64.19g; Błonnik pokarmowy: 40.41g; Sód: 3221.99 mg; Sól: 9.97g; Potas: 6215.85 mg; Magnez: 552.69 mg; Wapń: 1220.96 mg; Witamina C: 507.36 mg; Witamina E: 23.62 mg; Żelazo: 21.26 mg;

niedziela 2026-11-01	**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)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Szynka delikatna z fileta 40g (***SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Rosół z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Schab w majeranku duszony 100g, Sos pieczeniowy 50ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Brokuły gotowane 150g, Kompot z wiśni b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Sałatka jarzynowa 160g ***(JAJ, MLE, SEL)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Biszkopty b/c 30g ***(GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ)***,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.44 kcal; Białko ogółem: 118.42g; Tłuszcz: 86.72g; Kwasy tłuszczowe nas: 42.69g; Węglowodany ogółem: 331.47g; Suma cukrów prostych: 58.57g; Błonnik pokarmowy: 33.72g; Sód: 3098.86 mg; Sól: 9.66g; Potas: 5345.40 mg; Magnez: 464.92 mg; Wapń: 930.00 mg; Witamina C: 210.90 mg; Witamina E: 14.96 mg; Żelazo: 14.01 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml (***GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z marchwi 700ml ***(MLE)***, Kompot z wiśni 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: 2318.38 kcal; Białko ogółem: 64.96g; Tłuszcz: 93.73 g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.08 g; Węglowodany ogółem: 414.46 g; Suma cukrów prostych: 35.58g; Błonnik pokarmowy: 19.90 g; Sód: 2247.19 mg; Sól: 5.69g; Potas: 2287.86 mg; Magnez: 242.50 mg; Wapń: 370.75 mg; Witamina C: 30.27 mg; Witamina E: 5.51 mg; Żelazo: 8.31 mg;

niedziela 2026-11-01	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona**	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatna z fileta mielona 40g **(*SOJ, SEL, GOR, MLE, GLU, DWU)***, Dżemik 25g 1szt., Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z marchwi 350ml ***(MLE)***, Schab w majeranku pieczony mielony 100g, Sos własny 100g ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Brokuły gotowane puree 150g, Kompot z wiśni 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała mielona 40g ***(GLU, 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: 2476.59 kcal; Białko ogółem: 117.11g; Tłuszcz: 100.09g; Kwasy tłuszczowe nas: 52.89g; Węglowodany ogółem: 413.78g; Suma cukrów prostych: 54.77g; Błonnik pokarmowy: 29.11g; Sód: 3289.84 mg; Sól: 10.20g; Potas: 5278.83 mg; Magnez: 407.77 mg; Wapń: 586.49 mg; Witamina C: 205.43 mg; Witamina E: 11.76 mg; Żelazo: 12.30 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU,MLE)***, Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Karkówka pieczona w marynacie paprykowej 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Kurczak w galarecie 100g, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt 7 zbóż 1szt. ***(MLE, GLU)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2577.83 kcal; Białko ogółem: 111.79g; Tłuszcz: 103.72g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.14g; Węglowodany ogółem: 308.78g; Suma cukrów prostych: 48.87g; Błonnik pokarmowy: 37.86g; Sód: 5038.67 mg; Sól: 15.17g; Potas: 5789.39 mg; Magnez: 533.19 mg; Wapń: 1257.91 mg; Witamina C: 649.79 mg; Witamina E: 21.75 mg; Żelazo: 26.37 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Klopsik z indyka gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos pomidorowy 100ml ***(GLU)***, Kalafior gotowany 150g, Kompot truskawkowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Kurczak w galarecie 100g, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt 7 zbóż 1szt. ***(MLE,GLU)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2562.84 kcal; Białko ogółem: 114.08g; Tłuszcz: 98.28g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.91g; Węglowodany ogółem: 326.59g; Suma cukrów prostych: 47.69g; Błonnik pokarmowy: 37.64g; Sód: 4517.22 mg; Sól: 13.89g; Potas: 6360.07 mg; Magnez: 579.12 mg; Wapń: 1275.01 mg; Witamina C: 674.80 mg; Witamina E: 17.87 mg; Żelazo: 28.18 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Klopsik z indyka gotowany 100g ***(GLU, JAJ)***, Sos pomidorowy 100ml ***(GLU)***, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka z pora i kukurydzy 150g, Kompot truskawkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Kurczak w galarecie 100g, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Papryka świeża 30g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2583.07 kcal; Białko ogółem: 116.49g; Tłuszcz: 104.32g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.92g; Węglowodany ogółem: 336.97g; Suma cukrów prostych: 49.18g; Błonnik pokarmowy: 44.64g; Sód: 4644.28 mg; Sól: 13.67g; Potas: 6579.41 mg; Magnez: 639.18 mg; Wapń: 1369.03 mg; Witamina C: 647.96 mg; Witamina E: 20.52 mg; Żelazo: 29.44 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Sałata zielona 10g, Pomidor b/s 40g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Klopsik z indyka 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)***, Kurczak w galarecie 100g, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2578.44 kcal; Białko ogółem: 115.70g; Tłuszcz: 100.40g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.86g; Węglowodany ogółem: 321.65g; Suma cukrów prostych: 46.35g; Błonnik pokarmowy: 44.88g; Sód: 4606.28 mg; Sól: 13.51g; Potas: 6594.73 mg; Magnez: 658.12 mg; Wapń: 1367.28 mg; Witamina C: 669.20 mg; Witamina E: 18.70 mg; Żelazo: 30.29 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2026-11-02	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z dyni 700ml ***(MLE)***, Kompot truskawkowy 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: 2309.64 kcal; Białko ogółem: 69.68g; Tłuszcz: 77.23g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.63g; Węglowodany ogółem: 332.33g; Suma cukrów prostych: 25.75g; Błonnik pokarmowy: 29.91g; Sód: 2231.78 mg; Sól: 5.53g; Potas: 3591.36 mg; Magnez: 363.60 mg; Wapń: 753.48 mg; Witamina C: 436.09 mg; Witamina E: 11.91 mg; Żelazo: 18.89 mg;

poniedziałek 2026-11-02	**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)***, Pasta z jaj z natką pietruszki 100g ***(JAJ)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z dyni 350ml ***(MLE)***, Klopsik z indyka gotowany 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)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2563.05 kcal; Białko ogółem: 116.82g; Tłuszcz: 113.51g; Kwasy tłuszczowe nas: 59.18g; Węglowodany ogółem: 354.29g; Suma cukrów prostych: 39.08g; Błonnik pokarmowy: 32.24g; Sód: 3070.84 mg; Sól: 9.77g; Potas: 5441.18 mg; Magnez: 461.88 mg; Wapń: 803.64 mg; Witamina C: 522.93 mg; Witamina E: 13.44 mg; Żelazo: 24.98 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Bułka mleczna 1szt. ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Szynka biała na parze 20g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiew biała 40g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Kieszonka z kurczaka ze szpinakiem pieczona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Sałatka królewska 160g ***(MLE,GOR),*** Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2662.97 kcal; Białko ogółem: 118.90g; Tłuszcz: 106.14 g; Kwasy tłuszczowe nas: 38.16g; Węglowodany ogółem: 378.89g; Suma cukrów prostych: 69.85g; Błonnik pokarmowy: 36.43g; Sód: 2856.91 mg; Sól: 9.13g; Potas: 5662.35 mg; Magnez: 484.23 mg; Wapń: 1207.57 mg; Witamina C: 343.67 mg; Witamina E: 30.32 mg; Żelazo: 16.95 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Bułka mleczna 1szt. ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Szynka biała na parze 20g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL),*** Filet z kurczaka gotowany w sosie ze śmietanką i marchewką 200g ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Buraczki gotowane 150g ***(GLU),*** Kompot wieloowocowy 250ml	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)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Budyń czekoladowy z musem owocowym 100g ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2584.17 kcal; Białko ogółem: 116.62g; Tłuszcz: 92.27g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.08g; Węglowodany ogółem: 366.07g; Suma cukrów prostych: 84.53g; Błonnik pokarmowy: 28.06g; Sód: 3018.24 mg; Sól: 9.47g; Potas: 5250.92 mg; Magnez: 435.66 mg; Wapń: 1184.88 mg; Witamina C: 286.72 mg; Witamina E: 12.97 mg; Żelazo: 20.16 mg;

wtorek 2026-11-03	**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)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała na parze 20g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiew biała 40g, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Kieszonka z kurczaka ze szpinakiem pieczona 100g, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z kapusty pekińskiej 150g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Sałatka królewska 160g ***(MLE,GOR)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2674.27 kcal; Białko ogółem: 121.91g; Tłuszcz: 107.87g; Kwasy tłuszczowe nas: 40.71g; Węglowodany ogółem: 374.19g; Suma cukrów prostych: 67.05g; Błonnik pokarmowy: 41.99g; Sód: 2993.06 mg; Sól: 9.72g; Potas: 5980.30 mg; Magnez: 566.58 mg; Wapń: 1362.72 mg; Witamina C: 340.82 mg; Witamina E: 30.77 mg; Żelazo: 19.05 mg;

wtorek 2026-11-03	**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)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała na parze 20g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Kakao bez cukru 250ml **(MLE)**,	Zupa zacierkowa 350ml ***(GLU, JAJ, SEL)***, Filet z kurczaka gotowany w sosie ze śmietanką i marchewką 200g ***(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)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Budyń czekoladowy z musem owocowym b/c 100g ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2597.37 kcal; Białko ogółem: 120.57g; Tłuszcz: 94.08g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.64g; Węglowodany ogółem: 359.69g; Suma cukrów prostych: 81.67g; Błonnik pokarmowy: 34.73g; Sód: 3148.69 mg; Sól: 10.05g; Potas: 5592.27 mg; Magnez: 527.61 mg; Wapń: 1341.83 mg; Witamina C: 283.87 mg; Witamina E: 13.52 mg; Żelazo: 22.53 mg;

wtorek 2026-11-03	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2026-11-03	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Krem z cukinii 700ml ***(MLE)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2350.71 kcal; Białko ogółem: 68.25g; Tłuszcz: 120.90 g; Kwasy tłuszczowe nas: 74.79g; Węglowodany ogółem: 304.51g; Suma cukrów prostych: 32.08g; Błonnik pokarmowy: 15.44 g; Sód: 2955.41 mg; Sól: 7.60g; Potas: 1952.49 mg; Magnez: 253.40 mg; Wapń: 575.88 mg; Witamina C: 21.75 mg; Witamina E: 6.16 mg; Żelazo: 8.41 mg;

wtorek 2026-11-03	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna mielona	
Zupa mleczna wzmocniona 350ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała na parze mielona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek naturalny 100g ***(MLE)***, Dżemik 25g 1szt., Kakao bez cukru 250ml ***(MLE)***,	Krem z cukinii 350ml ***(MLE)***, Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Buraczki gotowane puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta mielona 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Pasztet 50g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok marchew-jabłko 1szt.	Podwieczorek: Kefir 150ml 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2570.69 kcal; Białko ogółem: 117.72g; Tłuszcz: 112.31g; Kwasy tłuszczowe nas: 63.48g; Węglowodany ogółem: 343.53g; Suma cukrów prostych: 58.64g; Błonnik pokarmowy: 21.25g; Sód: 3920.09 mg; Sól: 11.98g; Potas: 4444.34 mg; Magnez: 379.40 mg; Wapń: 758.28 mg; Witamina C: 84.54 mg; Witamina E: 5.24 mg; Żelazo: 15.13 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**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 jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa buraczkowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, MLE, SEL)***, Filet drobiowy z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i 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)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Ser żółty 20g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Śliwka 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2455.72 kcal; Białko ogółem: 113.85g; Tłuszcz: 75.92g; Kwasy tłuszczowe nas: 43.30g; Węglowodany ogółem: 281.73g; Suma cukrów prostych: 62.53g; Błonnik pokarmowy: 28.50g; Sód: 2927.56 mg; Sól: 10.15g; Potas: 3952.81 mg; Magnez: 324.22 mg; Wapń: 905.37 mg; Witamina C: 159.09 mg; Witamina E: 8.52 mg; Żelazo: 12.13 mg;

środa 2026-11-04	**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)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, 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 buraczkowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, MLE, SEL)***, Filet drobiowy 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)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Powidła 1szt., Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1 szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.58 kcal; Białko ogółem: 112.52g; Tłuszcz: 71.28g; Kwasy tłuszczowe nas: 40.70g; Węglowodany ogółem: 311.69g; Suma cukrów prostych: 81.46g; Błonnik pokarmowy: 28.65g; Sód: 2707.71 mg; Sól: 9.60g; Potas: 4381.07 mg; Magnez: 353.75 mg; Wapń: 735.23 mg; Witamina C: 149.55 mg; Witamina E: 7.00 mg; Żelazo: 12.25 mg;

środa 2026-11-04	**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)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa buraczkowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, MLE, SEL)***, Filet drobiowy z morelą duszony 100g, Sos śmietanowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z selera i marchwi 150g ***(SEL)***, Kompot jabłkowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Twarożek z koperkiem 100g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Rzodkiewka 30g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Śliwka 1szt.	Podwieczorek: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, JAJ)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2480.50 kcal; Białko ogółem: 114.73g; Tłuszcz: 73.50g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.52g; Węglowodany ogółem: 275.48g; Suma cukrów prostych: 61.31g; Błonnik pokarmowy: 32.02g; Sód: 2824.14 mg; Sól: 9.37g; Potas: 4060.69 mg; Magnez: 372.44 mg; Wapń: 769.25 mg; Witamina C: 159.09 mg; Witamina E: 9.10 mg; Żelazo: 13.63 mg;

środa 2026-11-04	**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)***, Pasta z jaj, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, 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 buraczkowa z makaronem 350ml ***(GLU, JAJ, MLE, SEL)***, Filet drobiowy 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)***, Twarożek z koperkiem 100g ***(MLE)***, Schab biały na parze 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Banan 1szt.	Podwieczorek: Podpłomyki b/c 2szt. ***(GLU, JAJ)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2479.76 kcal; Białko ogółem: 113.86g; Tłuszcz: 73.62g; Kwasy tłuszczowe nas: 41.68g; Węglowodany ogółem: 302.09g; Suma cukrów prostych: 80.14g; Błonnik pokarmowy: 34.39g; Sód: 2772.49 mg; Sól: 9.25g; Potas: 4552.35 mg; Magnez: 427.37 mg; Wapń: 764.11 mg; Witamina C: 149.55 mg; Witamina E: 7.85 mg; Żelazo: 14.42 mg;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krem z ziemniaków 700ml ***(MLE)***, Kompot jabłkowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Actimel 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2374.24 kcal; Białko ogółem: 63.98g; Tłuszcz: 112.66g; Kwasy tłuszczowe nas: 69.23g; Węglowodany ogółem: 292.69g; Suma cukrów prostych: 12.52g; Błonnik pokarmowy: 16.28g; Sód: 2859.48 mg; Sól: 7.15g; Potas: 1555.96 mg; Magnez: 195.20 mg; Wapń: 115.86 mg; Witamina C: 25.20 mg; Witamina E: 5.88 mg; Żelazo: 7.78 mg;

środa 2026-11-04	**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, Ryby i koperku 50g ***(JAJ, RYB)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa krem z ziemniaków 350ml ***(MLE)***, Filet drobiowy 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)***, Schab biały na parze mielony 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU, JAJ)***, Twarożek z koperkiem 80g ***(MLE)***, Powidła 1szt., Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 1szt.	Podwieczorek: Actimel 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2477.32 kcal; Białko ogółem: 114.55g; Tłuszcz: 107.27g; Kwasy tłuszczowe nas: 60.91g; Węglowodany ogółem: 330.15g; Suma cukrów prostych: 31.46g; Błonnik pokarmowy: 25.22g; Sód: 2695.72 mg; Sól: 8.78g; Potas: 3074.56 mg; Magnez: 269.25 mg; Wapń: 366.63 mg; Witamina C: 109.60 mg; Witamina E: 6.77 mg; Żelazo: 12.22 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Podstawowa oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Schab po cygańsku pieczony 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka tęczowa 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem prażonym i rodzynkami 150g ***(GLU, MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2489.78 kcal; Białko ogółem: 117.02g; Tłuszcz: 92.63g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.05g; Węglowodany ogółem: 316.63g; Suma cukrów prostych: 60.54g; Błonnik pokarmowy: 33.43g; Sód: 2877.52 mg; Sól: 9.75g; Potas: 5152.69 mg; Magnez: 473.31 mg; Wapń: 1204.81 mg; Witamina C: 380.90 mg; Witamina E: 15.93 mg; Żelazo: 18.60 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Ketchup 15g, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Rolada schabowa ze szpinakiem duszona 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Kalafior gotowany 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem prażonym i rodzynkami 150g ***(GLU, MLE)***,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2479.06 kcal; Białko ogółem: 115.08g; Tłuszcz: 88.35g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.73g; Węglowodany ogółem: 318.97g; Suma cukrów prostych: 57.18g; Błonnik pokarmowy: 31.34g; Sód: 2125.32 mg; Sól: 7.81g; Potas: 4945.50 mg; Magnez: 459.51 mg; Wapń: 1200.13 mg; Witamina C: 394.61 mg; Witamina E: 11.30 mg; Żelazo: 19.10 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Schab po cygańsku pieczony 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Surówka tęczowa 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Ogórek zielony b/s 40g, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem prażonym 150g ***(GLU, MLE)***,	Podwieczorek: Pomidory koktajlowe 100g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2495.73 kcal; Białko ogółem: 118.70g; Tłuszcz: 93.39g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.60g; Węglowodany ogółem: 322.34g; Suma cukrów prostych: 61.83g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g; Sód: 2902.77 mg; Sól: 9.29g; Potas: 5543.19 mg; Magnez: 535.51 mg; Wapń: 1086.16 mg; Witamina C: 412.10 mg; Witamina E: 18.43 mg; Żelazo: 21.29 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml **(GLU MLE)**, Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka delikatesowa z fileta 40g ***(MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR)***, Parówka drobiowa 1szt. ***(GOR, SEL, SOJ, MLE)***, Serek kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa brokułowa 350ml ***(GLU, SEL, MLE)***, Rolada schabowa ze szpinakiem duszona 100g, Ziemniaki gotowane z natką pietruszki 200g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Kalafior gotowany 150g, Kompot wiśniowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Szynka biała 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Owsianka z jabłkiem prażonym 150g ***(GLU, MLE)***,	Podwieczorek: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2486.21 kcal; Białko ogółem: 118.76g; Tłuszcz: 92.73g; Kwasy tłuszczowe nas: 50.25g; Węglowodany ogółem: 364.92g; Suma cukrów prostych: 60.87g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g; Sód: 2506.97 mg; Sól: 8.44g; Potas: 5419.20 mg; Magnez: 573.11 mg; Wapń: 1259.68 mg; Witamina C: 403.81 mg; Witamina E: 13.18 mg; Żelazo: 22.89 mg;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna**	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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: 12.46 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;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona**

Zupa mleczna wzmocniona 700ml **(*GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 700ml ***(MLE)***, Kompot wiśniowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2302.18 kcal; Białko ogółem: 65.42g; Tłuszcz: 92.77g; Kwasy tłuszczowe nas: 51.82g; Węglowodany ogółem: 409.94g; Suma cukrów prostych: 31.82g; Błonnik pokarmowy: 19.34 g; Sód: 2203.39 mg; Sól: 5.58g; Potas: 2185.66 mg; Magnez: 222.50 mg; Wapń: 350.35 mg; Witamina C: 41.69 mg; Witamina E: 4.93 mg; Żelazo: 10.15 mg;

czwartek 2026-11-05	**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 kanapkowy 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Krem z buraka 700ml ***(MLE)***, Rolada schabowa ze szpinakiem duszona mielona 100g, Sos ziołowy 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Kalafior gotowany puree 150g, Kompot wiśniowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka biała mielona 40g ***(GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR)***, Serek tartare 1szt. ***(MLE)***, Jajko 1szt. ***(JAJ)***, Herbata owocowa bez cukru 250ml
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt. ***(MLE)***,	Podwieczorek: Sok marchwiowy 1szt.	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2486.43 kcal; Białko ogółem: 114.17g; Tłuszcz: 112.00g; Kwasy tłuszczowe nas: 59.76g; Węglowodany ogółem: 439.14g; Suma cukrów prostych: 40.11g; Błonnik pokarmowy: 26.65g; Sód: 2584.30 mg; Sól: 8.50g; Potas: 4573.19 mg; Magnez: 353.82 mg; Wapń: 493.65 mg; Witamina C: 185.32 mg; Witamina E: 6.35 mg; Żelazo: 15.16 mg;

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek kiszony 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa krupnik 350ml ***(GLU, SEL)***, Racuchy z jabłkami 300g ***(GLU, JAJ, MLE)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb graham 30g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta a'la hummus 50g, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.64 kcal; Białko ogółem: 106.92g; Tłuszcz: 105.99g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.40g; Węglowodany ogółem: 301.23g; Suma cukrów prostych: 68.56g; Błonnik pokarmowy: 20.98g; Sód: 2740.36 mg; Sól: 9.54g; Potas: 2767.91 mg; Magnez: 308.20 mg; Wapń: 702.72 mg; Witamina C: 114.01 mg; Witamina E: 11.50 mg; Żelazo: 13.96 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: Łatwostrawna oddział	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml ***(GLU, MLE)***, Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 40g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa krupnik 350ml ***(GLU, SEL)***, Pierogi z twarogiem na słodko 300g **(*GLU, JAJ, MLE*)**, Mus owocowy 100g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 30g ***(GLU, SOJ)***, Chleb pszenno-żytni 80g ***(GLU, SOJ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2486.83 kcal; Białko ogółem: 105.72g; Tłuszcz: 97.26g; Kwasy tłuszczowe nas: 48.76g; Węglowodany ogółem: 205.52g; Suma cukrów prostych: 42.82g; Błonnik pokarmowy: 14.67g; Sód: 2390.45 mg; Sól: 8.42g; Potas: 2362.58 mg; Magnez: 236.38 mg; Wapń: 566.78 mg; Witamina C: 55.69 mg; Witamina E: 5.45 mg; Żelazo: 11.51 mg;

piątek 2026-11-06	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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Papryka świeża 40g, Sałata zielona 10g, Ogórek kiszony 40g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa krupnik 350ml ***(GLU, SEL)***, Risotto warzywne z ryżu brązowego 400g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta a'la hummus 50g, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Ogórek zielony b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.	Podwieczorek: Sałatka grecka 100g ***(MLE)***	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2493.50 kcal; Białko ogółem: 107.87g; Tłuszcz: 113.50g; Kwasy tłuszczowe nas: 47.99g; Węglowodany ogółem: 282.82g; Suma cukrów prostych: 47.55g; Błonnik pokarmowy: 29.27g; Sód: 3205.24 mg; Sól: 10.07g; Potas: 3132.25 mg; Magnez: 378.76 mg; Wapń: 652.68 mg; Witamina C: 158.02 mg; Witamina E: 17.17 mg; Żelazo: 16.21 mg;

piątek 2026-11-06	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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Polędwica okopcona 40g ***(SOJ, MLE, GOR, SEL, GLU)***, *Serek* kiri 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 80g, Sałata zielona 10g, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Zupa krupnik 350ml ***(GLU, SEL)***, Risotto warzywne z ryżu białego 400g, Kompot wieloowocowy b/c 250ml	Chleb graham 110g ***(GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Pasta twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Szynka kraka 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Pomidor b/s 40g, Sałata zielona 10g, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.	Podwieczorek: Wafle ryżowe 30g	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2491.80 kcal; Białko ogółem: 106.56g; Tłuszcz: 113.39 g; Kwasy tłuszczowe nas: 49.67g; Węglowodany ogółem: 280.45g; Suma cukrów prostych: 45.60g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sód: 2655.68 mg; Sól: 8.70g; Potas: 2968.33 mg; Magnez: 381.55 mg; Wapń: 631.80 mg; Witamina C: 82.24 mg; Witamina E: 14.52 mg; Żelazo: 15.50 mg;

piątek 2026-11-06	Jadłospis dla diety: Zupa pooperacyjna	
Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml	Zupa pooperacyjna 350ml ***(GLU, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 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 2026-11-06	Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona	
Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z zielonych warzyw 700ml ***(MLE)***, Kompot wieloowocowy 250ml	Zupa mleczna wzmocniona 700ml ***(GLU, SOJ, MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Actimel 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.44 kcal; Białko ogółem: 67.80g; Tłuszcz: 75.99g; Kwasy tłuszczowe nas: 45.86g; Węglowodany ogółem: 322.11g; Suma cukrów prostych: 28.17g; Błonnik pokarmowy: 25.91g; Sód: 2174.98 mg; Sól: 5.53g; Potas: 3502.96 mg; Magnez: 365.00 mg; Wapń: 593.28 mg; Witamina C: 418.37 mg; Witamina E: 11.87 mg; Żelazo: 18.55 mg;

piątek 2026-11-06	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)***, Pasztet 80g ***(SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)***, Serek kiri 1szt. ***(MLE)***, Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml ***(GLU, MLE)***,	Krem z zielonych warzyw 350ml ***(MLE)***, Filet z kurczaka gotowany mielony 100g, Sos własny 100ml ***(GLU, MLE)***, Ziemniaki gotowane puree 200g, Marchewka gotowana puree 150g, Kompot wieloowocowy 250ml	Chleb pszenny 110g ***(GLU, SOJ)***, Masło 20g ***(MLE)***, Szynka kraka mielona 40g ***(GLU, SOJ, GOR, SEL, MLE)***, Pasta twarogowa z pietruszką 100g ***(MLE)***, Serek haga 1szt. ***(MLE)***, Herbata czarna b/c 250ml
II Śniadanie: Sok warzywny 1szt.	**Podwieczorek:** Actimel 1szt. ***(MLE)***,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2489.06 kcal; Białko ogółem: 112.46g; Tłuszcz: 106.14g; Kwasy tłuszczowe nas: 56.30g; Węglowodany ogółem: 330.97g; Suma cukrów prostych: 38.85g; Błonnik pokarmowy: 28.80g; Sód: 3022.94 mg; Sól: 9.62g; Potas: 4962.17 mg; Magnez: 409.78 mg; Wapń: 507.08 mg; Witamina C: 271.75 mg; Witamina E: 9.32 mg; Żelazo: 19.58 mg;