

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
22.02.2026 niedziela	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU, SEL.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Brokułowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Gulasz podstawa 120 g (<u>GLU, SEL.</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU, SEL.</u>) Syrup owocowy 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU, SEL.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE, SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 427,7 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 372,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, SEL.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Brokułowa 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL.</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU, SEL.</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU, SEL.</u>) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, SEL.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE, SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 434,5 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 371,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,3

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

22.02.2026 niedziela	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Jarzynowa 350 ml (SEL,) Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane 200 g (GLU,) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (MLE,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 350,7 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 354,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 65,9 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
	Bogatoresztkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Brokułowa 350 ml (GLU, SEL,) Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna 80 g (GLU,) Surówka z pora z olejem 200 g Syrup owocowy 250 g	Pomidorki koktajlowe 100 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (MLE,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 469,5 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 383,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 78,4 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 40
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Papryka 100 g	Brokułowa 350 ml (GLU, SEL,) Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna 80 g (GLU,) Surówka z pora z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g	Pomidorki koktajlowe 100 g	Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (GLU,) Roślinne do smarowania 5 g Szynka zrazowa 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 249,5 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 367,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 suma cukrów prostych [g] 48 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,9

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

22.02.2026 niedziela	Bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Brokułowa 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU,</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU,</u>) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 574,4 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 375,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 suma cukrów prostych [g] 94,5 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,8
	Płynna wzmocniona	Płatki owsiane z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>)	Biszkopty z mlekiem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 883,6 Białko ogółem [g] 120,9 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 217,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 94,2 Sól [g] 3,2 Błonnik pokarmowy [g] 11,3
	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

22.02.2026 niedziela	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Jarzynowa 350 ml (<u>SEL.</u>) Gulasz bez glutenu 120 g (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane (bez glutenu) 200 g Syrup owocowy 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 859,6 Białko ogółem [g] 66,8 Tłuszcz [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,9 suma cukrów prostych [g] 37,1 Sól [g] 3,2 Błonnik pokarmowy [g] 16
	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Brokułowa 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU.</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU.</u>) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 972,6 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 311,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 suma cukrów prostych [g] 41,4 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Papryka 100 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Brokułowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna z warzywami 350 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Surówka z pora z olejem 200 g Syrup owocowy 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 294,5 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 401,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 suma cukrów prostych [g] 88,9 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 47,1

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

23.02.2026 poniedziałek	Podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Ogórek kiszony 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomarańcza 200 g	Barszcz ukraiński ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może S02,</u>) Pyzy z mięsem 300 g (<u>GLU,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Konserwa rybna 1 szt (<u>RYB, może zawierać: S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 409 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 385,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomarańcza 200 g	Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 230,1 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 suma cukrów prostych [g] 68,7 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Kisiel 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Herbata 250 ml	Pieczywo wasa 30 g (<u>GLU,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 330,3 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 346 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 suma cukrów prostych [g] 67,3 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

23.02.2026 poniedziałek	Bogatoresztkowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Ogórek kiszony 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomarańcza 200 g	Barszcz ukraiński 350 ml (<u>GLU, SEL,</u> może zawierać: S02,) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> może zawierać: S02,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzynny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 278 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,1
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Ogórek kiszony 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Barszcz ukraiński 350 ml (<u>GLU, SEL,</u> może zawierać: S02,) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> może zawierać: S02,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Schab gotowany 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 647,6 Białko ogółem [g] 135,5 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 389,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,1
	Bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> może zawierać: S02,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzynny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 432,4 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 334,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,4

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

23.02.2026 poniedziałek

Płynna wzmocniona	Kasza manna z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami ryżowymi i mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>)	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami ryżowymi i mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 998 Białko ogółem [g] 132,4 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 219 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 96,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 13,7
Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8
Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomarańcza 200 g	Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać: SO2,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,8 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 suma cukrów prostych [g] 46,9 Sól [g] 3,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

23.02.2026 poniedziałek	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomarańcza 200 g	Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU.</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ. może zawierać: S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 982 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 290,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 suma cukrów prostych [g] 51,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	Vegetariańska	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE.</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomarańcza 200 g	Barszcz ukraiński 350 ml (<u>GLU, SEL. może zawierać: S02.</u>) Ziemniaki 300 g Jajko sadzone 100 g (<u>JAJ.</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ. może zawierać: S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 380 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 346,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 81,7 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
24.02.2026 wtorek	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE.</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Drób pieczony 250 g Marchewka z groszkiem 200 g (<u>GLU. może zawierać: S02.</u>) Kompot truskawka 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE.</u>) Krakowska parzona 30 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 525,6 Białko ogółem [g] 131,2 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 322,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 12,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

24.02.2026 wtorek	Łatwostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU, _</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE, _</u>) Krakowska parzona 30 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 525,5 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 11,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Jarzynowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU, _</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE, _</u>) Krakowska parzona 30 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,3 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 342,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Bogatoresztkowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka z groszkiem 200 g (<u>GLU, może zawierać: S02, _</u>) Kompot truskawka 250 g	Ogórek świeży 100 g	Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE, _</u>) Krakowska parzona 30 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 548,5 Białko ogółem [g] 133,7 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 350,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 81,4 Sól [g] 12,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

24.02.2026 wtorek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Papryka 100 g	Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Surówka z marchwi i chrzanu 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot truskawka 250 g	Ogórek świeży 100 g	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Krakowska parzona 30 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Kielbasa żywiecka 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 455,9 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 337,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 suma cukrów prostych [g] 40,6 Sól [g] 12,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,3
	Bogatobiałkowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Krakowska parzona 30 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 653 Białko ogółem [g] 139,2 Tłuszcz [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 77 Sól [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Płynna wzmocniona	Płatki jęczmienne z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>)	Biszkopty z mlekiem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 017,1 Białko ogółem [g] 125,6 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 251,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 96,4 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 9,9

24.02.2026 wtorek	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>)					<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 128,8</p> <p>Białko ogółem [g] 56,4</p> <p>Tłuszcz [g] 43,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 381,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6</p> <p>suma cukrów prostych [g] 327</p> <p>Sól [g] 0,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 7,8</p>	
	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Jarzynowa 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana (bez glutenu) 200 g Kompot truskawka 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 227</p> <p>Białko ogółem [g] 94,8</p> <p>Tłuszcz [g] 73,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 291,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2</p> <p>suma cukrów prostych [g] 48,6</p> <p>Sól [g] 5,8</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 18,3</p>
	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU.</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 156,8</p> <p>Białko ogółem [g] 101,4</p> <p>Tłuszcz [g] 75,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 280</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9</p> <p>suma cukrów prostych [g] 53,2</p> <p>Sól [g] 11,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</p>

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

24.02.2026 wtorek	Vegetariańska	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Jarzynowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Risotto z warzywami 300 g (<u>SEL, _</u>) Kompot truskawka 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE, _</u>) Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 102,8 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 41,4 Węglowodany ogółem [g] 377,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 79,3 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,3
	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE, _</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Kalafiorowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL, _</u>) Kasza gryczana 90 g Schab pieczony 100 g (<u>GLU, _</u>) Surówka z kapusty pekińskiej 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02, _</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02, _</u>) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL, _</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 578,9 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 348,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 14,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
25.02.2026 środa	Łatwostrawna	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE, _</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Kalafiorowa 350 ml (<u>GLU, SEL, _</u>) Pierogi z mięsem dieta 200 g (<u>GLU, JAJ, _</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02, _</u>) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL, _</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 651,5 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 101,3 Węglowodany ogółem [g] 347,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,2

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

25.02.2026 środa	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owo-cowy 1 szt	Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, SEL,) Pierogi z mięsem dieta 200 g (GLU, JAJ,) Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml	Kefir 1 szt (MLE,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 470,4 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 319,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 59,8 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 14
	Bogatoresztkowa	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL,) Pierogi z mięsem dieta 200 g (GLU, JAJ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (JAJ, może zawierać: GOR, S02,) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL, może zawierać: SEL,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 808,7 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 106,1 Węglowodany ogółem [g] 378,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,6
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Kefir 1 szt (MLE,)	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza gryczana 90 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (GLU, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (JAJ, może zawierać: GOR, S02,) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (GLU,) Roślinne do smarowania 5 g Schab gotowany 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 690,4 Białko ogółem [g] 134,3 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 386,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 51,6 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 51,1

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

25.02.2026 środa	Bogatobiałkowa	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>)	Kalafiorowa 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>) Pierogi z mięsem dieta 200 g (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ,</u> <u>może zawierać:</u> <u>GOR,</u> <u>S02,</u>) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL,</u> <u>może zawierać:</u> <u>SEL,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 728,5 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 106,7 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,3
	Płynna wzmocniona	Płatki jęczmienne z masłem 350 ml (<u>GLU,</u> <u>MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ,</u> <u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>)	Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 910,8 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 186,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 suma cukrów prostych [g] 80,4 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 10,9
	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU,</u> <u>JAJ,</u> <u>MLE,</u> <u>SEL,</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

25.02.2026 środa	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Marchewka gotowana (bez glutenu) 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u> ,) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 174,3 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 309,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Kalafiorowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Pierogi z mięsem dieta 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,) Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u> ,) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 364,4 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 93,4 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 49,9 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,7
	Wegetariańska	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE</u> ,) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Kalafiorowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Pierogi z soczewicą 200 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> ,) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU</u> ,) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (<u>JAJ</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u> ,) Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL</u> , <u>może zawierać: SEL</u> ,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 814,8 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 397 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 69,5 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,9

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

26.02.2026 czwartek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Pomidorowa z makaronem i śmietaną 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Kotlet mielony 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Sałata ze śmietaną 140 g (<u>MLE,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (<u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owoowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 540,8 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 342,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa dieta 250 g (<u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owoowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 495,9 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 358 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Jarzynowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Kielbasa żywiecka 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owoowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 252,5 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

26.02.2026 czwartek	Bogatoresztkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Galaretka owocowa 250 ml	Ogórek świeży 100 g	Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (<u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 549,2 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 384,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g	Ogórek świeży 100 g	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (<u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Chleb pszenno-żytni 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Pulpet 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 791,9 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 429,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 48
	Bogatobiałkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa dieta 250 g (<u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 707,7 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 363,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,6

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

26.02.2026 czwartek	Płynna wzmocniona	Płatki owsiane z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>)	Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,1 Białko ogółem [g] 152,4 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 100,5 Sól [g] 3,1 Błonnik pokarmowy [g] 13,7
	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8
	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Rozszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Jarzynowa 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet bez glutenu 100 g (<u>JAJ,</u>) Sałata z olejem 140 g Galarełka owocowa 250 ml		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa dieta 250 g (<u>JAJ, SEL,</u>) <u>może zawierać:</u> <u>GOR, SO2,</u>) Kiełbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,6 Białko ogółem [g] 68,5 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 299 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 41,9 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 15,1

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

26.02.2026 czwartek	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Ziemniaki 300 g Pulpet 100 g (GLU, JAJ,) Sos koperkowy dieta 50 g (GLU,) Sałata z olejem 140 g Galaretką owocową 250 ml		Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa dieta 250 g (JAJ, SEL,) może zawierać: GOR, S02,) Kiełbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 204,6 Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,5
	Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Ogórek świeży 100 g Roszponka 10 g Herbata 250 ml	Banan 200 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Ziemniaki 300 g Pulpet z soczewicy 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU,) Sałata z jogurtem 140 g (MLE,) Galaretką owocową 250 ml		Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2488,8 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 417,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,7
27.02.2026 piątek	Podstawowa	Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE,) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Ser żółty 50 g (MLE,) Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (MLE,)	Grochowa 350 ml (GLU, SEL,) Kotlety ziemniaczane 250 g (GLU, JAJ, MLE,) Sos pieczarkowy 50 g (GLU, MLE,) Surówka z ogórka kiszzonego 135 g Syrup owocowy 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Śledź z cebulą 120 g (RYB,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 3000,8 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 121,5 Węglowodany ogółem [g] 393,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

27.02.2026 piątek	Łatwostrawna	Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,2 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 suma cukrów prostych [g] 71,6 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 333 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,7
	Bogatoresztkowa	Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Grochowa 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Surówka z ogórka kiszzonego 135 g Syrup owocowy 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 392 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 363,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 75,7 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 41,5

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

27.02.2026 piątek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Grochowa 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Surówka z ogórka kiszzonego 135 g Kompot truskawka 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 505,4 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 379,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 55
	Bogatobiałkowa	Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Syrup owocowy 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 292,2 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	Płynna wzmocniona	Makaron zacierka z masłem 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>)	Biszkopty z mlekiem 200 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 979 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 239,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 99 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 12

27.02.2026 piątek	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL.</u>)					<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 128,8</p> <p>Białko ogółem [g] 56,4</p> <p>Tłuszcz [g] 43,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 381,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6</p> <p>suma cukrów prostych [g] 327</p> <p>Sól [g] 0,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 7,8</p>
	Bezglutenowa	<p>Chleb bezglutenowy 220 g</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Polędwica sopocka 50 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Jarzynowa 350 ml (<u>SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL.</u>)</p> <p>Syrop owocowy 250 g</p>		<p>Chleb bezglutenowy 220 g</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: SO2.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 955,3</p> <p>Białko ogółem [g] 72,4</p> <p>Tłuszcz [g] 51,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 296,4</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10</p> <p>suma cukrów prostych [g] 34,6</p> <p>Sól [g] 5,4</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 17,4</p>
	Bezmleczna - dieta	<p>Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Polędwica sopocka 50 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (<u>GLU, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL.</u>)</p> <p>Syrop owocowy 250 g</p>		<p>Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: SO2.</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata 250 ml</p>	<p>Sok pomidorowy 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 841,6</p> <p>Białko ogółem [g] 76,2</p> <p>Tłuszcz [g] 50,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 282,9</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9</p> <p>suma cukrów prostych [g] 39,1</p> <p>Sól [g] 8,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 22,4</p>

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

27.02.2026 piątek	Wegetariańska	Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (<u>MLE,</u>) Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Grochowa 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Kotlety ziemniaczane 250 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Sos pieczarkowy 50 g (<u>GLU, MLE,</u>) Surówka z ogórka kiszzonego 135 g Syrup owocowy 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: SO2,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 257,7 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 497,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 75,3 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,4
28.02.2026 sobota	Podstawowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (<u>MLE,</u>) Rozspanka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Koperkowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU,</u>) Gulasz podstawa 120 g (<u>GLU,</u>) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,8 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 332,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (<u>MLE,</u>) Rozspanka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Koperkowa 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU,</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,1 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 332,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,2

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

28.02.2026 sobota	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (MLE,) Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Koperkowa 350 ml (GLU, SEL,) Ziemniaki 300 g Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Marchewka gotowana 200 g (GLU,) Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owoowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 201,7 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 62 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 59,1 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Bogatoresztkowa	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (MLE,) Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Koperkowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna 80 g (GLU,) Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g	Papryka 100 g	Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (SEL, może zawierać: SEL,)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2338,1 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 359,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 suma cukrów prostych [g] 68,8 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg 80 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Koperkowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna 80 g (GLU,) Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g	Papryka 100 g	Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (GLU,) Roślinne do smarowania 5 g Szynka konserwowa 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2383,9 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 378 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 suma cukrów prostych [g] 41,7 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 50,3

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

28.02.2026 sobota	Bogatobiałkowa	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (<u>MLE, _</u>) Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>)	Koperkowa 350 ml (<u>GLU, SEL, _</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU, _</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL, _</u>) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL, _</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 542,9 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 356,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 suma cukrów prostych [g] 79,3 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 19
	Płynna wzmocniona	Kasza manna z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE, _</u>)	Jarzynowa z płatkami ryżowymi i mięsem 350 ml (<u>SEL, _</u>)	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>)	Jarzynowa z płatkami ryżowymi i mięsem 350 ml (<u>SEL, _</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE, _</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 998 Białko ogółem [g] 132,4 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 219 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 96,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 13,7
	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

28.02.2026 sobota	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz bez glutenu 120 g (<u>SEL.</u>) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 999,6 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 278,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 suma cukrów prostych [g] 32,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,6
	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Koperkowa 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU.</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 077,4 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 288,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 suma cukrów prostych [g] 34,7 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,5
	Wegetariańska	Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z dżemem truskawkowym 85 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Pomidorki koktajlowe 100 g	Koperkowa 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Kasza jęczmienna z warzywami 350 g (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Sałata vinegret 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 2 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 228,8 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 362,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,9

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

01.03.2026 niedziela	Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Papryka 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Barszcz czerwony ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab pieczony 100 g (<u>GLU,</u>) Surówka z białej kapusty 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 471,2 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 340,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 12,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Łatwostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Barszcz czerwony 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305,8 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 342,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Jarzynowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,6 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 46,9 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

01.03.2026 niedziela	Bogatoresztkowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Papryka 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Barszcz czerwony 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Surówka z białej kapusty z olejem 200 g Galaretka owocowa 250 ml	Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>)	Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 479,5 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 375,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Papryka 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Ogórek świeży 100 g	Barszcz czerwony 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Surówka z białej kapusty z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g	Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Schab gotowany 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 523,9 Białko ogółem [g] 129 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 383,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 69 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,4
	Bogatobiałkowa	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>)	Barszcz czerwony 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 346 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 331,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,3

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

01.03.2026 niedziela	Płynna wzmocniona	Płatki jęczmienne z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>)	Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 895,6 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 222 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 80,2 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 9,5
	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8
	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Jarzynowa 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Marchewka gotowana (bez glutenu) 200 g Galaretka owocowa 250 ml		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 049,9 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 suma cukrów prostych [g] 24,4 Sól [g] 2,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,5

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

01.03.2026 niedziela	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Barszcz czerwony 350 ml (<u>GLU, SEL.</u>) Ziemniaki 400 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU.</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU.</u>) Galaretka owocowa 250 ml		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 983,8 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 suma cukrów prostych [g] 40,3 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	Vegetariańska	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE.</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Papryka 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Barszcz czerwony 350 ml (<u>GLU, SEL.</u>) Ziemniaki 400 g Jajko sadzone 100 g (<u>JAJ.</u>) Surówka z białej kapusty z olejem 200 g Galaretka owocowa 250 ml		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ. może zawierać: S02.</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 321 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 73,4 Węglowodany ogółem [g] 348,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	Podstawowa	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE.</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Serek owocowy 1 szt (<u>MLE.</u>)	Pieczarkowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Ryba smażona 120 g (<u>GLU, JAJ, RYB.</u>) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kisiel 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 546,8 Białko ogółem [g] 120,6 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,3

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

02.03.2026 poniedziałek	Łatwostrawna	<p>Platki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szyńka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml</p>	<p>Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU,</u>) Kisiel 250 g</p>		<p>Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Herbata 250 ml</p>	<p>Sok owocowo-warzywny 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 486,4 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 351,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 90,4 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 22</p>
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szyńka gotowana 50 g Herbata 250 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU,</u>) Kisiel 250 g</p>		<p>Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szyńka konserwowa 50 g Herbata 250 ml</p>	<p>Pieczynko 30 g (<u>GLU,</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 230,6 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 351,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 22,1</p>
	Bogatoresztkowa	<p>Platki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szyńka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml</p>	<p>Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>	<p>Pieczarkowa 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kisiel 250 g</p>	<p>Rzodkiewka 0,5 szt</p>	<p>Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>Sok owocowo-warzywny 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 435,3 Białko ogółem [g] 123 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 suma cukrów prostych [g] 84,4 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 36,3</p>

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

02.03.2026 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szyńka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Papryka 100 g	Pieczarkowa 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kisiel 250 g	Rzodkiewka 0,5 szt	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 196,8 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 336 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 suma cukrów prostych [g] 32,2 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 50,5
	Bogatobiałkowa	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szyńka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU,</u> <u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU,</u>) Kisiel 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 486,4 Białko ogółem [g] 123,4 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 351,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 suma cukrów prostych [g] 90,4 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Płynna wzmocniona	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>)	Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 026,4 Białko ogółem [g] 142,4 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 206,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 102,6 Sól [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 11,7

02.03.2026 poniedziałek	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u>)					<p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 128,8</p> <p>Białko ogółem [g] 56,4</p> <p>Tłuszcz [g] 43,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 381,6</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6</p> <p>suma cukrów prostych [g] 327</p> <p>Sól [g] 0,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 7,8</p>
	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Jarzynowa 350 ml (<u>SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB, _</u>) Buraczki gotowane (bez glutenu) 200 g Kisiel 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02, _</u>) Herbata 250 ml	<p>Sok owocowo-warz ywny 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 949,1</p> <p>Białko ogółem [g] 69,4</p> <p>Tłuszcz [g] 53</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 292,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7</p> <p>suma cukrów prostych [g] 32,8</p> <p>Sól [g] 3,3</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 14,4</p>
	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Wafle ryżowe 30 g	Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Ryba gotowana 100 g (<u>RYB, _</u>) Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU, _</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU, _</u>) Kisiel 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02, _</u>) Herbata 250 ml	<p>Sok owocowo-warz ywny 1 szt</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 975,1</p> <p>Białko ogółem [g] 80,9</p> <p>Tłuszcz [g] 54,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 299,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4</p> <p>suma cukrów prostych [g] 37,3</p> <p>Sól [g] 5,6</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 19,8</p>

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

02.03.2026 poniedziałek	Wegetariańska	Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (<u>MLE,</u>) Szpinak 10 g Herbata 250 ml	Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>)	Pieczarkowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) Kopytka 300 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kisiel 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek z szynką 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata 250 ml	Sok owocowo-warzywny 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 3056,4 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 481,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 88,7 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,6
03.03.2026 wtorek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Kurczak w sosie z ryżem (podstawa) 300 g (<u>SEL,</u>) Sałata ze śmietaną 140 g (<u>MLE,</u>) Kompot truskawka 250 g		Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Kiełbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2207,5 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 329,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Kiełbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2224,3 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 54,1 Węglowodany ogółem [g] 335,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 67 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

03.03.2026 wtorek	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owo-cowy 1 szt	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL,</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 264,8 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 13,8
	Bogatoresztkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Kompot truskawka 250 g	Pomidorki koktajlowe 100 g	Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 262,3 Białko ogółem [g] 114 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 360,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>)	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Kompot truskawka 250 g	Pomidorki koktajlowe 100 g	Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE,</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Szynka jubileuszowa 30 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 482,3 Białko ogółem [g] 128,5 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 394 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 60,3 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,9

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

03.03.2026 wtorek	Bogatobiłkowa	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>)	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL, _</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE, _</u>) Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE, _</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL, _</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,3 Białko ogółem [g] 128,3 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 345,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 suma cukrów prostych [g] 71,7 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 17
	Płynna wzmocniona	Płatki owsiane z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>)	Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE, _</u>)	Zacierkowa z mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>)	Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>)	Zacierkowa z mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>)	Budyń 200 g (<u>MLE, _</u>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092,1 Białko ogółem [g] 131 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 255,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
	Dieta do żywienia przez zgłębnik	Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL, _</u>)						Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,8 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 381,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 suma cukrów prostych [g] 327 Sól [g] 0,6 Błonnik pokarmowy [g] 7,8

Jadłospisy za okres od dnia 22.02.2026 do dnia 03.03.2026 KUCHNIA SZPITALNA

03.03.2026 wtorek	Bezglutenowa	Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Jarzynowa 350 ml (<u>SEL.</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL.</u>) Sałata z olejem 140 g Kompot truskawka 250 g		Chleb bezglutenowy 220 g Kielbasa żywiecka 50 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 958,7 Białko ogółem [g] 70,8 Tłuszcz [g] 53,6 Węglowodany ogółem [g] 291,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11 suma cukrów prostych [g] 36,3 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 13,8
	Bezmleczna - dieta	Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u>) Kurczak w sosie z ryżem 300 g (<u>SEL.</u>) Sałata z olejem 140 g Kompot truskawka 250 g		Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Kielbasa żywiecka 50 g Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 882,1 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 52,7 Węglowodany ogółem [g] 284,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 suma cukrów prostych [g] 40,7 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,8
	Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>MLE.</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pomidorki koktajlowe 100 g Rukola 10 g Herbata 250 ml	Jabłko 200 g	Zacierkowa 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u>) Risotto z warzywami 300 g (<u>SEL.</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE.</u>) Kompot truskawka 250 g		Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU.</u>) Twaróg z koprem 85 g (<u>MLE.</u>) Herbata 250 ml	Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL.</u> , <u>może zawierać: SEL.</u>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 090,1 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 381,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,4

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
- SKO* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne, arachidowe,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy i pochodne,
- SEL* - Seler i pochodne,
- GOR* - Gorczyca i pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki i siarczany,
- ŁUB* - Łubin i pochodne,
- MIE* - Mięczaki i pochodne,