

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|----------------------|--------------|---|------------------|--|----|--|----------------------|--|
| | | Śniadanie | II ŚN | Obiad | PD | Kolacja | PN | SUMA |
| 03.05.2026 niedziela | Podstawowa | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE, _) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g | Pomidorowa z ryżem i śmietaną 350 ml (MLE, SEL, _) Ziemniaki 300 g Schab pieczony 100 g (GLU, _) Sałata ze śmietaną 140 g (MLE, _) Syrup owocowy 250 g | | Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 134,4 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 317,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 |
| | Łatwostrawna | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE, _) Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g | Pomidorowa z ryżem 350 ml (SEL, _) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU, _) Sałata z jogurtem 140 g (MLE, _) Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 104,5 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 329,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 80,9 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|----------------------|---|---|----------------------------|---|---------------|---|--|---|
| 03.05.2026 niedziela | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Ryżanka 350 ml (SEL) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU) Marchewka gotowana 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] 2 165,5 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 54,2 Węglowodany ogółem [g] 331,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 |
| | Bogatoresztkowa | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo mieszane 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g | Pomidorowa z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU) Sałata z jogurtem 140 g (MLE) Syrup owocowy 250 g | Papryka 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 | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] 2 151,5 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 44,3 Węglowodany ogółem [g] 355,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Ogórek świeży 100 g | Pomidorowa z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU) Sałata z jogurtem 140 g (MLE) Kompot czarna porzeczka 250 g | Papryka 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 Schab gotowany 100 g | Wartość energetyczna [kcal] 2 180,2 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|---|--|--|--------------------------------------|--|-----------------------------|---|
| 03.05.2026 niedziela | Bogatobiałkowa | Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Pomidorowa z ryżem 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</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 | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,8 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 337,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 |
| | Płynna wzmocniona | Makaron zacierka z masłem 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) | Twaróg z żółtkiem 300 g (<u>JAJ, MLE,</u>) | Ryżanka z mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>) | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Ryżanka z mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>) | Budyń 300 g (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 828,3 Białko ogółem [g] 116,8 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 205,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 99,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 6,5 |
| | 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 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|----------------------|--------------------|--|------------------|---|--|--|----------------------|---|
| 03.05.2026 niedziela | Bezglutenowa | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g | Pomidorowa z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU) Sałata z olejem 140 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 | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 935,7 Białko ogółem [g] 71,4 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 293,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 suma cukrów prostych [g] 52,8 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 16,1 |
| | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g | Pomidorowa z ryżem 350 ml (SEL) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU) Sałata z olejem 140 g Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 814,1 Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 49 Węglowodany ogółem [g] 279,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 suma cukrów prostych [g] 57,4 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 |
| | Wegetariańska | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo mieszane 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Pomarańcza 200 g | Pomidorowa z ryżem i śmietaną 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki 300 g Sos koperkowy dieta 50 g (GLU) Sałata z jogurtem 140 g (MLE) Syrup owocowy 250 g | | Pieczywo mieszane 120 g (GLU) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (SOJ, może zawierać: SO2) Tarta marchew z jabłkiem 200 g Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 074,2 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 50,4 Węglowodany ogółem [g] 348,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 35 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------------------------------|---|----------------------------|--|--|---|----------------------------|---|
| 04.05.2026 poniedziałek | Podstawowa | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Cwikła 110 g (MLE,) Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Grochowa 350 ml (GLU, SEL,) Ryż z jabłkami i śmietaną 250 g (MLE,) Galaretka owocowa 250 ml | | Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 057,8 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 24 |
| | Łatwostrawna | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Ryż z jabłkami 242 g Jogurt naturalny 150 g (MLE,) Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 174,4 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 318 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 13,4 |
| | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Ryż z jabłkami 242 g Jogurt naturalny 150 g (MLE,) Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 264,1 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 339 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 66,6 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 13,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|---|---|-----------------------------|---|--------------------|---|--|--|
| 04.05.2026 poniedziałek | Bogatoresztkowa | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Cwikła 110 g (MLE,) Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Grochowa 350 ml (GLU, SEL,) Ryż z jabłkami 242 g Jogurt naturalny 150 g (MLE,) Galaretka owocowa 250 ml | Rzodkiewka 0,5 szt | Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 332,8 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 366,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Cwikła 110 g (MLE,) Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Grochowa 350 ml (GLU, SEL,) Ryż 90 g Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Surówka z ogórka kiszzonego 135 g Kompot czarna porzeczka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (GLU,) Roślinne do smarowania 5 g Szynka zrazowa 30 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 383,7 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 387,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 39,2 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 52,9 |
| | Bogatobiałkowa | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Budyń 200 g (MLE,) | Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Ryż z jabłkami 242 g Jogurt naturalny 150 g (MLE,) Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 405,9 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 88,6 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 12,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--|--|--|--|--|-----------------------------|---|
| 04.05.2026 poniedziałek | Płynna wzmocniona | Kasza manna z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) | Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>) | Jarzynowa z makaronem i mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) | Biskopki 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] 2 041,7 Białko ogółem [g] 126,1 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 245,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 98,6 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 7,5 |
| | 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 250 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Jarzynowa 350 ml (<u>SEL,</u>) Ryż z jabłkami 242 g Galaretka owocowa 250 ml | | Chleb bezglutenowy 250 g Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 882,3 Białko ogółem [g] 52,3 Tłuszcz [g] 51,4 Węglowodany ogółem [g] 292 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 suma cukrów prostych [g] 27,6 Sól [g] 2,2 Błonnik pokarmowy [g] 9,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|--------------------|---|----------------------------|--|--|---|----------------------------|---|
| 04.05.2026 poniedziałek | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 150 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL.) Ryż z jabłkami 242 g Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 150 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 832,7 Białko ogółem [g] 59,3 Tłuszcz [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 suma cukrów prostych [g] 33,2 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 14 |
| | Wegetariańska | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE.) Pieczywo mieszane 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (JAJ.) Cwikła 110 g (MLE.) Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Grochowa 350 ml (GLU, SEL.) Ryż z jabłkami 242 g Jogurt naturalny 150 g (MLE.) Galaretka owocowa 250 ml | | Pieczywo mieszane 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 185,2 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 52,8 Węglowodany ogółem [g] 359,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 |
| 05.05.2026 wtorek | Podstawowa | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE.) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (MLE.) Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Barszcz ukraiński ze śmietaną 350 ml (GLU, MLE, SEL. może zawierać: S02.) Ziemniaki 300 g Kotlet z kurczaka 100 g (GLU, JAJ.) Sałata vinegret 200 g Kisiel 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 owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 3 094,6 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 107,5 Węglowodany ogółem [g] 435,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 96,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------------------|---|-------------|---|-------------------------------|---|-------------------------------|---|
| 05.05.2026 wtorek | Łatwostrawna | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE, _) Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (MLE, _) Rozzponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, SEL, _) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, SEL, _) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 557,6 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 415,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 |
| | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE, _) Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (MLE, _) Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU, SEL, _) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, SEL, _) Marchewka gotowana 200 g (GLU, _) Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (MLE, _) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 587 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 418,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 |
| | Bogatoresztkowa | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE, _) Pieczywo mieszane 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (MLE, _) Rozzponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Barszcz ukraiński 350 ml (GLU, SEL, może zawierać: SO2, _) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (GLU, SEL, _) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | Kefir 1 szt (MLE, _) | Pieczywo mieszane 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 725,3 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 458,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 103,6 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---|--|--|---|-----------------------------|---|--|--|
| 05.05.2026 wtorek | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Papryka 100 g | Barszcz ukraiński 350 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: SO2,</u>) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>) | Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 385,2 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 376,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 51,4 |
| | Bogatobiałkowa | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (<u>MLE,</u>) Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 585,4 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 400,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 |
| | Płynna wzmocniona | Płatki jęczmienne z masłem 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) | Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>) | Jarzynowa z płatkami owsianymi i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) | Kefir 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] 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 |

| | | | | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|---|-------------|--|--|---|--|---|
| 05.05.2026 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 Polędwica sopocka 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa 350 ml (<u>SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka bez glutenu 120 g (<u>SEL, _</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 957,6</p> <p>Białko ogółem [g] 70,5</p> <p>Tłuszcz [g] 48,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 303</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4</p> <p>suma cukrów prostych [g] 50,4</p> <p>Sól [g] 3,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 14,5</p> |
| | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (<u>GLU, SEL, _</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 899,9</p> <p>Białko ogółem [g] 79</p> <p>Tłuszcz [g] 50,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 292,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12</p> <p>suma cukrów prostych [g] 54,9</p> <p>Sól [g] 5,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 19,2</p> |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---------------|--|--------------|---|--|---|--------------------------------------|--|
| 05.05.2026 wtorek | Wegetariańska | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z miodem 85 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Barszcz ukraiński 350 ml (<u>GLU, SEL,</u> może <u>zawierać:</u> <u>S02,</u>) Ziemniaki 300 g Potrawka z kurczaka 120 g (<u>GLU, SEL,</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,</u> może <u>zawierać:</u> <u>S02,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 679,3 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 445,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 91,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 |
| 06.05.2026 środa | 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 Ogórek kiszony 100 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Gołąbki w sosie pomidorowym 200 g (<u>GLU, MLE,</u>) Ziemniaki 300 g Kompot czarna porzeczka 250 g | | Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет drobiowy 100 g (<u>GLU, może zawierać:</u> <u>JAJ, S02,</u>) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 268 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 60,4 Węglowodany ogółem [g] 351 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27 |
| | 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 Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy dieta 50 g (<u>GLU,</u>) Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU,</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Galareta z drobiu 350 ml (<u>SEL,</u>) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 356,5 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 350,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|------------------|---|--|---|--|-------------------------------|--|---|---|
| 06.05.2026 środa | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | <p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szyńska zrazowa 50 g Herbata 250 ml</p> | <p>Mus warzywno-owoowy 1 szt</p> | <p>Zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy dieta 50 g (GLU,) Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane 200 g (GLU,) Kompot czarna porzeczka 250 g</p> | | <p>Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szyńska zapiekana 50 g Herbata 250 ml</p> | <p>Jogurt owocowy 1 szt (MLE,)</p> | <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 237,1 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 56</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 339,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,5</p> |
| | Bogatoresztkowa | <p>Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szyńska zrazowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml</p> | <p>Jabłko 200 g</p> | <p>Zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy dieta 50 g (GLU,) Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g</p> | <p>Salatka z fasoli 150 g</p> | <p>Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Galareta z drobiu 350 ml (SEL,) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml</p> | <p>Jogurt owocowy 1 szt (MLE,)</p> | <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 502,7 Białko ogółem [g] 127,4 Tłuszcz [g] 57,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 391,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 suma cukrów prostych [g] 76,9 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,5</p> |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | <p>Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szyńska zrazowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml</p> | <p>Pieczywo wasa 30 g (GLU,)</p> | <p>Zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL,) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy dieta 50 g (GLU,) Ziemniaki 300 g Surówka z białej kapusty z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g</p> | <p>Salatka z fasoli 150 g</p> | <p>Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Galareta z drobiu 350 ml (SEL,) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml</p> | <p>Chleb razowy 60 g (GLU,) Roślinne do smarowania 5 g Szyńska konserwowa 30 g</p> | <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 426,6 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 50,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 407,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 suma cukrów prostych [g] 37 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 59,8</p> |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

06.05.2026 środa

| | | | | | | | |
|----------------------------------|--|--|---|---------------------------------------|---|--|---|
| Bogatobiałkowa | 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 Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE, _</u>) | Zacierkowa 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy dieta 50 g (<u>GLU, _</u>) Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU, _</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Galareta z drobiu 350 ml (<u>SEL, _</u>) Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE, _</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 617,5 Białko ogółem [g] 143,9 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 368 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 suma cukrów prostych [g] 93,4 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 |
| 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>) | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE, _</u>) | Zacierkowa z mięsem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) | Budyń 200 g (<u>MLE, _</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 156,1 Białko ogółem [g] 142,2 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 263 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 101,1 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,7 |
| 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 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|------------------|--------------------|---|--------------|---|--|---|--|---|
| 06.05.2026 środa | Bezglutenowa | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Jarzynowa 350 ml (SEL , Schab gotowany 100 g Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane (bez glutenu) 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Galareta z drobiu 350 ml (SEL , Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 953,6 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 296 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,2 suma cukrów prostych [g] 34,8 Sól [g] 3,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,1 |
| | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (GLU , Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Zacierkowa 350 ml (GLU , JAJ , SEL , Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy dieta 50 g (GLU , Ziemniaki 300 g Buraczki gotowane 200 g (GLU , Kompot czarna porzeczka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU , Roślinne do smarowania 20 g Galareta z drobiu 350 ml (SEL , Sałata 0,16 szt Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 992 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 suma cukrów prostych [g] 40,6 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 |
| | Wegetariańska | Płatki owsiane na mleku 350 ml (GLU , MLE , Pieczywo mieszane 120 g (GLU , Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (JAJ , Ogórek kiszony 100 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Zacierkowa 350 ml (GLU , JAJ , SEL , Gołąbki wegetariańskie 200 g Ziemniaki 300 g Kompot czarna porzeczka 250 g | | Pieczywo mieszane 120 g (GLU , Roślinne do smarowania 20 g Sałatka z fasoli 150 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (MLE ,) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 319,1 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 50,8 Węglowodany ogółem [g] 403,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 suma cukrów prostych [g] 78,7 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 47,5 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | |
|---------------------|---------------------------------------|---|--------------------------------------|--|--|----------------------------|---|
| 07.05.2026 czwartek | Podstawowa | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Koperkowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU,</u>) Gulasz podstawa 120 g (<u>GLU,</u>) Mizeria 140 g (<u>MLE,</u>) Syrup owocowy 250 g | 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 Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 443,7 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 337,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 |
| | Łatwostrawna | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<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>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Syrup owocowy 250 g | 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 Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 486,1 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 347,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 |
| | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>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>) | Koperkowa 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Syrup owocowy 250 g | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Kielbasa żywiecka 50 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 226,6 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 315 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 suma cukrów prostych [g] 55,6 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|---------------------|---|---|--|--|---------------|--|---|---|
| 07.05.2026 czwartek | Bogatoresztkowa | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) | Koperkowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Mizeria z olejem 140 g Syrup owocowy 250 g | Papryka 100 g | Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u> , <u>_</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 526,4 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,8 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) | Koperkowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Mizeria z olejem 140 g Kompot czarna porzeczka 250 g | Papryka 100 g | Chleb razowy 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u> , <u>_</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 5 g Szynka konserwowa 30 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 591,9 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 379,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 45,1 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 54,6 |
| | Bogatobiałkowa | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) | Koperkowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Kasza jęczmienna 80 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Gulasz dieta 120 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa dieta 250 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u> , <u>_</u>) Kielbasa żywiecka 30 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 486,1 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 347,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|---------------------|----------------------------------|---|--|--|--|---|-------------------------------|---|
| 07.05.2026 czwartek | Płynna wzmocniona | Płatki ryżowe z masłem 350 ml (<u>MLE, _</u>) | Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE, _</u>) | Jarzynowa z kaszą manną i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL, _</u>) | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>) | Jarzynowa z kaszą manną i mięsem 350 ml (<u>GLU, SEL, _</u>) | Budyń 200 g (<u>MLE, _</u>) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 593,4 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 159,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 |
| | 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 Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa 350 ml (<u>SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz bez glutenu 120 g (<u>SEL, _</u>) Marchewka gotowana (bez glutenu) 200 g Syrup owocowy 250 g | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa dieta 250 g (<u>JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02, _</u>) Kiełbasa żywiecka 30 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 107 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 3,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|---------------------|--------------------|---|--------------------------------------|--|--|--|---|---|
| 07.05.2026 czwartek | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Polędwica sopocka 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Koperkowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna 80 g (GLU,) Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL,) Marchewka gotowana 200 g (GLU,) Syrup owocowy 250 g | | 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 Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 247,8 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 suma cukrów prostych [g] 43,6 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 27 |
| | Wegetariańska | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Papryka 100 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (MLE,) | Koperkowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza jęczmienna z warzywami 350 g (GLU, SEL,) Mizeria z olejem 140 g Syrup owocowy 250 g | | Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Sałatka jarzynowa 250 g (JAJ, SEL, może zawierać: GOR, S02,) Rukola 10 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 229,8 Białko ogółem [g] 63,1 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 371,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 suma cukrów prostych [g] 74,1 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,2 |
| | Podstawowa | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE,) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (SOJ, może zawierać: S02,) Ogórek kiszony 100 g Rozspanka 5 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (MLE,) | Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (SEL,) Ziemniaki 300 g Ryba smażona w warzywach 120 g (GLU, JAJ, RYB, SEL,) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot truskawka 250 g | | Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt (SEL, może zawierać: SEL,) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 487,2 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 84,7 Sól [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---------------------------------------|--|--------------------------------------|--|--------------------|--|---|---|
| 08.05.2026 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 Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać: SO2,</u>) Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Kompot truskawka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 396,5 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 336 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 |
| | 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 Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Jogurt owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Kompot truskawka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 113,3 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 suma cukrów prostych [g] 59,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 |
| | Bogatoresztkowa | Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać: SO2,</u>) Ogórek kiszony 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot truskawka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 548,7 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 366,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 suma cukrów prostych [g] 89,8 Sól [g] 10,7 Błonnik pokarmowy [g] 39 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---|--|--|---|-------------------------------------|--|--|---|
| 08.05.2026 piątek | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać: S02,</u>) Ogórek kiszony 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Papryka 100 g | Jarzy nowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB,</u> <u>SEL,</u>) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot truskawka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</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] 2 287,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 353,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 suma cukrów prostych [g] 39,6 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 55,1 |
| | Bogatobiałkowa | Makaron zacierka na mleku 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (<u>SOJ,</u> <u>może zawierać: S02,</u>) Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzy nowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB,</u> <u>SEL,</u>) Kompot truskawka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL,</u> <u>może zawierać: SEL,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 396,5 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 336 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 85,3 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 |
| | Płynna wzmocniona | Makaron zacierka z masłem 350 ml (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>) | Twaróg z żółtkiem 280 g (<u>JAJ, MLE,</u>) | Jarzy nowa z kaszą jaglaną i mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>) | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzy nowa z kaszą jaglaną i mięsem 350 ml (<u>SEL,</u>) | Budyń 200 g (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 892,5 Białko ogółem [g] 139,7 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 196,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 104,1 Sól [g] 3,2 Błonnik pokarmowy [g] 6,2 |

| | | | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|--|-----------------------------------|---|--|---|--|
| 08.05.2026 piątek | Dieta do żywienia przez zgłębnik | Jarzynowa do sondy 220 ml (<u>GLU, JAJ, MLE, SEL,</u>) | | | | | <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2128,8</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>Pasztet sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: SO2,</u>)</p> <p>Roszpinka 5 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Mus warzywno-owocowy 1 szt</p> | <p>Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>)</p> <p>Kompot truskawka 250 g</p> | | <p>Chleb bezglutenowy 220 g</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1906,1</p> <p>Białko ogółem [g] 68,3</p> <p>Tłuszcz [g] 55,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 277,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,2</p> <p>suma cukrów prostych [g] 31,7</p> <p>Sól [g] 5,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 15,6</p> |
| | Bezmleczna - dieta | <p>Bułka pszenna 150 g (<u>GLU,</u>)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Pasztet sojowy 1 szt (<u>SOJ, może zawierać: SO2,</u>)</p> <p>Roszpinka 5 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Mus warzywno-owocowy 1 szt</p> | <p>Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (<u>SEL,</u>)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Ryba w warzywach 120 g (<u>RYB, SEL,</u>)</p> <p>Kompot truskawka 250 g</p> | | <p>Bułka pszenna 150 g (<u>GLU,</u>)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Sok wielowarzywny 1 szt (<u>SEL, może zawierać: SEL,</u>)</p> <p>Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1960,9</p> <p>Białko ogółem [g] 76,4</p> <p>Tłuszcz [g] 56,8</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 297,3</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6</p> <p>suma cukrów prostych [g] 37,4</p> <p>Sól [g] 8,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 21</p> |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---------------|--|-------------------------------------|--|--|--|--|---|
| 08.05.2026 piątek | Wegetariańska | Makaron zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (SOJ, może zawierać: SO2,) Ogórek kiszony 100 g Rozsponka 5 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (MLE,) | Jarzynowa z kaszą jaglaną 350 ml (SEL,) Kopytka 300 g (GLU, JAJ,) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot truskawka 250 g | | Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (JAJ,) Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok wielowarzywny 1 szt (SEL, może zawierać: SEL,) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 754 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 415,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 suma cukrów prostych [g] 83,6 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 |
| 09.05.2026 sobota | Podstawowa | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Fasolowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza gryczana 90 g Pulpet 100 g (GLU, JAJ,) Sos chrzanowy 50 g (GLU, MLE,) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (MLE,) Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 409 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 367,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 41,9 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 |
| | Łatwostrawna | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, SEL,) Makaron z mięsem w sosie 300 g (GLU, JAJ, SEL,) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (MLE,) Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 274,3 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 332,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 42,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 16,4 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---|--|----------------------------|---|---------------------|--|--|--|
| 09.05.2026 sobota | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (GLU, SEL,) Makaron z mięsem w sosie 300 g (GLU, JAJ, SEL,) Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (MLE,) Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,7 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 42,2 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 |
| | Bogatoresztkowa | Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE,) Pieczywo mieszane 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Fasolowa 350 ml (GLU, SEL,) Makaron z mięsem w sosie 300 g (GLU, JAJ, SEL,) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | Ogórek świeży 100 g | Bułka pszenna 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (MLE,) Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 395,5 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 362,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 suma cukrów prostych [g] 46,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Pomidorki koktajlowe 100 g | Fasolowa 350 ml (GLU, SEL,) Kasza gryczana 90 g Pulpet 100 g (GLU, JAJ,) Sos warzywny 50 g (GLU, SEL,) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | Ogórek świeży 100 g | Chleb razowy 120 g (GLU,) Roślinne do smarowania 20 g Twaróg z koprem 85 g (MLE,) Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (GLU,) Roślinne do smarowania 5 g Pulpet 100 g (GLU, JAJ,) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 684,8 Białko ogółem [g] 128,1 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 423,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 suma cukrów prostych [g] 37,3 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|--|--|--|---|--|-----------------------------|--|
| 09.05.2026 sobota | Bogatobiałkowa | Kasza manna na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Budyń 200 g (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Makaron z mięsem w sosie 300 g (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 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] 2 312,2 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 |
| | Płynna wzmocniona | Kasza manna z masłem 350 ml (<u>GLU, 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] 1 854,9 Białko ogółem [g] 114,7 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 221,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 89,2 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 |
| | 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 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---------------------|--|-------------------|---|--|--|----------------------|---|
| 09.05.2026 sobota | Bezglutenowa | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki 300 g Pulpet bez glutenu 100 g (<u>JAJ.</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 853 Białko ogółem [g] 65,8 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 276,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 suma cukrów prostych [g] 17 Sól [g] 2,5 Błonnik pokarmowy [g] 11 |
| | Bezmielczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka jubileuszowa 50 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Makaron z mięsem w sosie 300 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU.</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Herbata 250 ml | Sok pomidorowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 958,6 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 55,5 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 suma cukrów prostych [g] 23 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,8 |
| | 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 Ogórek świeży 100 g Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Fasolowa 350 ml (<u>GLU.</u> , <u>SEL.</u>) Makaron z warzywami 300 g (<u>GLU.</u> , <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u>) Sałata vinegret 200 g Kisiel 250 g | | Bułka pszenna 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] 2 197,4 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 355,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 40 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|----------------------|---------------------------------------|--|-------------------------------|---|--|--|----------------------------|---|
| 10.05.2026 niedziela | Podstawowa | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE, _) Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Cwikła 110 g (MLE, _) Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (MLE, _) | Rosół 350 ml (GLU, JAJ, SEL, _) Ziemniaki 300 g Drób pieczony 250 g Marchewka z groszkiem 200 g (GLU, może zawierać: SO2, _) Galaretka owocowa 250 ml | | Chleb pszenno-żytni 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzwy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 458,9 Białko ogółem [g] 125,5 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 317,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 10,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 |
| | Łatwostrawna | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE, _) Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (MLE, _) | Rosół 350 ml (GLU, JAJ, SEL, _) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (GLU, _) Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzwy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 417,9 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 |
| | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE, _) Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (MLE, _) | Jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL, _) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (GLU, _) Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (GLU, _) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 367,5 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|----------------------|---|--|-------------------------------|---|--------------------------------------|--|---|---|
| 10.05.2026 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 konserwowa 50 g Cwikła 110 g (<u>MLE, _</u>) Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE, _</u>) | Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Drob gotowany 250 g Surówka z marchwi i chrzanu 200 g (<u>MLE, _</u>) Galaretka owocowa 250 ml | Pieczywo wasa 30 g (<u>GLU, _</u>) | Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 544,2 Białko ogółem [g] 130,1 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 11,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Cwikła 110 g (<u>MLE, _</u>) Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE, _</u>) | Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Drob gotowany 250 g Surówka z marchwi i chrzanu 200 g (<u>MLE, _</u>) Kompot truskawka 250 g | Pieczywo wasa 30 g (<u>GLU, _</u>) | Chleb razowy 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 5 g Kielbasa żywiecka 30 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 608,5 Białko ogółem [g] 126,4 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 383,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 12,7 Błonnik pokarmowy [g] 52,5 |
| | Bogatobiałkowa | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE, _</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE, _</u>) | Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Drob gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU, _</u>) Galaretka owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 417,9 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|---|--|--|-----------------------------|---|-----------------------------|---|
| 10.05.2026 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 konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Jarzynowa 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Drób gotowany 250 g Marchewka gotowana (bez glutenu) 200 g Galaretka owocowa 250 ml | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,4 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 270,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 31,1 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 15,7 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|--------------------|---|-----------------------------|--|--|---|-------------------------------------|---|
| 10.05.2026 niedziela | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka konserwowa 50 g Herbata 250 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt | Rosół 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Drob gotowany 250 g Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU,</u>) Galaretki owocowa 250 ml | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Pomidor 100 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 958,3 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 258,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 35,7 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 |
| | Wegetariańska | Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>) Cwikła 110 g (<u>MLE,</u>) Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, SEL,</u>) Kluski śląskie 250 g Surówka z marchwi i chrzanu 200 g (<u>MLE,</u>) Galaretki 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 | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 379,9 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 392,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 71,7 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 |
| 11.05.2026 poniedziałek | Podstawowa | Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Rukola 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Żurek 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) Pierogi z soczewicą 200 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Surówka z pora 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 Szynka gotowana 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 771,9 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 96,6 Węglowodany ogółem [g] 379 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 95,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------------------------------|---|--|--|--|--|---|---|
| 11.05.2026 poniedziałek | Łatwostrawna | <p>Platki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE)</p> <p>Bułka pszenna 120 g (GLU)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Krakowska parzona 50 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Jabłko 200 g</p> | <p>Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (SEL)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Buraczki gotowane 200 g (GLU)</p> <p>Kompot czarna porzeczka 250 g</p> | | <p>Bułka pszenna 120 g (GLU)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Szynka gotowana 50 g</p> <p>Pomidorki koktajlowe 100 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Serek owocowy 1 szt (MLE)</p> | <p>Wartość energetyczna [kcal] 2 582,5</p> <p>Białko ogółem [g] 125,7</p> <p>Tłuszcz [g] 78,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 356,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2</p> <p>suma cukrów prostych [g] 94,3</p> <p>Sól [g] 6,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 23,6</p> |
| | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | <p>Platki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE)</p> <p>Bułka pszenna 120 g (GLU)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Krakowska parzona 50 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Jogurt naturalny 150 g (MLE)</p> | <p>Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (SEL)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Buraczki gotowane 200 g (GLU)</p> <p>Kompot czarna porzeczka 250 g</p> | | <p>Bułka pszenna 120 g (GLU)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Szynka gotowana 50 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Wafle ryżowe 30 g</p> | <p>Wartość energetyczna [kcal] 2 537</p> <p>Białko ogółem [g] 114,9</p> <p>Tłuszcz [g] 79,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 352,1</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26</p> <p>suma cukrów prostych [g] 63,2</p> <p>Sól [g] 7,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 20,9</p> |
| | Bogatoresztkowa | <p>Platki owsiane na mleku 350 ml (GLU, MLE)</p> <p>Pieczywo mieszane 120 g (GLU)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Krakowska parzona 50 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Jabłko 200 g</p> | <p>Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (SEL)</p> <p>Ziemniaki 300 g</p> <p>Gulasz dieta 120 g (GLU, SEL)</p> <p>Surówka z pora z olejem 200 g</p> <p>Kompot czarna porzeczka 250 g</p> | <p>Jogurt naturalny 150 g (MLE)</p> | <p>Pieczywo mieszane 120 g (GLU)</p> <p>Roślinne do smarowania 20 g</p> <p>Szynka gotowana 50 g</p> <p>Pomidorki koktajlowe 100 g</p> <p>Herbata 250 ml</p> | <p>Serek owocowy 1 szt (MLE)</p> | <p>Wartość energetyczna [kcal] 2 869,3</p> <p>Białko ogółem [g] 145,3</p> <p>Tłuszcz [g] 88,4</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 392,5</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6</p> <p>suma cukrów prostych [g] 116,2</p> <p>Sól [g] 8,5</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 38,1</p> |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|---|--|--|--|--|--|--|---|
| 11.05.2026 poniedziałek | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Ogórek świeży 100 g | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Surówka z pora z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) | Chleb razowy 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 5 g Jajko 1 szt (<u>JAJ,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 588,5 Białko ogółem [g] 114,3 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 375,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,7 |
| | Bogatobiałkowa | Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL,</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU,</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 779,5 Białko ogółem [g] 144,5 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 366,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 99 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 |
| | Płynna wzmocniona | Płatki owsiane 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] 2 212,9 Białko ogółem [g] 139,2 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 268,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 |

| | | | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|---|--------------|--|--|--|---|---|
| 11.05.2026 poniedziałek | 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 Krakowska parzona 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz bez glutenu 120 g (<u>SEL, _</u>) Buraczki gotowane (bez glutenu) 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 993,3 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 299,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 suma cukrów prostych [g] 39,1 Sól [g] 3,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 |
| | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Krakowska parzona 50 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL, _</u>) Ziemniaki 300 g Gulasz dieta 120 g (<u>GLU, SEL, _</u>) Buraczki gotowane 200 g (<u>GLU, _</u>) Kompot czarna porzeczka 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU, _</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka gotowana 50 g Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Wafle ryżowe 30 g | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 067 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 308 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 suma cukrów prostych [g] 43,8 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------------|---------------|---|--------------|---|--|--|-------------------------------------|---|
| 11.05.2026 poniedziałek | Vegetariańska | Płatki owsiane na mleku 350 ml (<u>GLU, MLE,</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Miód naturalny 2 szt Ogórek świeży 100 g Rukola 10 g Herbata 250 ml | Jabłko 200 g | Jarzynowa z płatkami ryżowymi 350 ml (<u>SEL,</u>) Pierogi z soczewicą 200 g (<u>GLU, JAJ,</u>) Surówka z pora z olejem 200 g Kompot czarna porzeczka 250 g | | Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 3 399,8 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 571,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 102,5 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 |
| 12.05.2026 wtorek | Podstawowa | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Chleb pszenno-żytni 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Pieczarkowa ze śmietaną 350 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Karkówka 100 g (<u>GLU,</u>) Sałata ze śmietaną 140 g (<u>MLE,</u>) Syrup owocowy 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>) Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,5 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 332 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 |
| | Łatwostrawna | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (<u>GLU, SEL,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 530,3 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 342,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|---|--|---------------|---|--------------------|--|--|--|
| 12.05.2026 wtorek | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>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 płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Marchewka gotowana 200 g (<u>GLU</u>) Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zapiekana 50 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 286,3 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 348,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 suma cukrów prostych [g] 90,3 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 |
| | Bogatoresztkowa | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE</u>) Pieczywo mieszane 120 g (<u>GLU</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Pieczarkowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE</u>) Syrup owocowy 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | 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>) Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE</u>) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 516 Białko ogółem [g] 114,8 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 359,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 suma cukrów prostych [g] 87,4 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 |
| | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów | Chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Papryka 100 g | Pieczarkowa 350 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE</u>) Kompot truskawka 250 g | Rzodkiewka 0,5 szt | Chleb razowy 120 g (<u>GLU</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (<u>JAJ</u> , <u>może zawierać: GOR, S02</u>) Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Chleb razowy 60 g (<u>GLU</u>) Roślinne do smarowania 5 g Schab gotowany 100 g | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 420,1 Białko ogółem [g] 122,1 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 344,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 suma cukrów prostych [g] 35,8 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,2 |

Jadłospisy za okres od dnia 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|----------------------------------|--|--|---|-------------------------------------|--|-----------------------------|---|
| 12.05.2026 wtorek | Bogatobiałkowa | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (<u>MLE,</u>) Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Rozszponka 5 g Herbata 250 ml | Serek owocowy 1 szt (<u>MLE,</u>) | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (<u>GLU, SEL,</u>) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (<u>GLU, SEL,</u>) Sałata z jogurtem 140 g (<u>MLE,</u>) Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (<u>GLU,</u>) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (<u>JAJ, może zawierać: GOR, S02,</u>) Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (<u>MLE,</u>) | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 742,1 Białko ogółem [g] 141,4 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 95,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,4 |
| | Płynna wzmocniona | Płatki ryżowe z masłem 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] 2 188,4 Białko ogółem [g] 142,4 Tłuszcz [g] 90,9 Węglowodany ogółem [g] 206,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 suma cukrów prostych [g] 102,6 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,7 |
| | 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 03.05.2026 do dnia 12.05.2026 KUCHNIA SZPITALNA

| | | | | | | | | |
|-------------------|--------------------|--|-------------|---|--|--|-----------------------------|--|
| 12.05.2026 wtorek | Bezglutenowa | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa 350 ml (SEL.) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sałata z olejem 140 g Syrup owocowy 250 g | | Chleb bezglutenowy 220 g Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (JAJ.) może zawierać: GOR, S02. Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 185,8 Białko ogółem [g] 73,1 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 suma cukrów prostych [g] 51,4 Sól [g] 3 Błonnik pokarmowy [g] 12 |
| | Bezmleczna - dieta | Bułka pszenna 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Szynka zrazowa 50 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU.) SEL.) Ziemniaki 300 g Schab gotowany 100 g Sos warzywny 50 g (GLU.) SEL.) Sałata z olejem 140 g Syrup owocowy 250 g | | Bułka pszenna 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (JAJ.) może zawierać: GOR, S02. Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Sok owocowo-warzywny 1 szt | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 141,2 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 288,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,1 |
| | Wegetariańska | Płatki ryżowe na mleku 350 ml (MLE.) Pieczywo mieszane 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Paszтет sojowy 1 szt (SOJ.) może zawierać: S02. Ogórek kiszony 100 g Roszponka 5 g Herbata 250 ml | Banan 200 g | Jarzynowa z płatkami owsianymi 350 ml (GLU.) SEL.) Risotto z warzywami 300 g (SEL.) Sałata z jogurtem 140 g (MLE.) Syrup owocowy 250 g | | Pieczywo mieszane 120 g (GLU.) Roślinne do smarowania 20 g Pasta z jajek 200 g (JAJ.) może zawierać: GOR, S02. Szpinak 10 g Herbata 250 ml | Kefir 1 szt (MLE.) | Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 693,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 400,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 93,1 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 |