**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| rogal z pieprzem wp. 50g (***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Kotlet mielony wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Surówka colesław 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2182.64 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Węglowodany ogółem: 313.65 g; suma cukrów prostych: 11.27 g; Tłuszcz: 52.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.16 g; Sód: 1958.52 mg; Cholesterol: 194.94 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| szynka z indyka prasowana 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2190.07 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; suma cukrów prostych: 7.89 g; Tłuszcz: 38.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sód: 1079.26 mg; Cholesterol: 151.77 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| szynka z indyka prasowana 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2190.07 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; suma cukrów prostych: 7.89 g; Tłuszcz: 38.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sód: 1079.26 mg; Cholesterol: 151.77 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| szynka z indyka prasowana 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1965.61 kcal; Białko ogółem: 87.04 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; suma cukrów prostych: 7.75 g; Tłuszcz: 37.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sód: 1061.26 mg; Cholesterol: 151.77 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| szynka z indyka prasowana 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Kotlet warzywny 100g (***GLU, JAJ***), Surówka colesław 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1994.95 kcal; Białko ogółem: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; suma cukrów prostych: 11.31 g; Tłuszcz: 26.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; Sód: 1203.21 mg; Cholesterol: 86.99 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| szynka z indyka prasowana 50g (***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka colesław 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g (***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - grapefriut 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2115.82 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Węglowodany ogółem: 268.10 g; suma cukrów prostych: 28.95 g; Tłuszcz: 50.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Sód: 1466.92 mg; Cholesterol: 161.89 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| szynka z indyka prasowana 100g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 200g (***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2619.96 kcal; Białko ogółem: 137.96 g; Węglowodany ogółem: 348.64 g; suma cukrów prostych: 9.16 g; Tłuszcz: 54.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.42 g; Sód: 1310.82 mg; Cholesterol: 280.74 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| pasztet sojowy 50g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU***), Surówka colesław 150g , Ziemniaki 200g , | tofu wędzone 60g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1512.11 kcal; Białko ogółem: 48.62 g; Węglowodany ogółem: 288.06 g; suma cukrów prostych: 23.57 g; Tłuszcz: 7.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.84 g; Sód: 1388.26 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| pasztet sojowy 50g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU, JAJ***), Surówka colesław 150g ( ***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1947.72 kcal; Białko ogółem: 59.79 g; Węglowodany ogółem: 316.99 g; suma cukrów prostych: 21.96 g; Tłuszcz: 27.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g; Sód: 1499.49 mg; Cholesterol: 86.99 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| szynka z indyka prasowana 50g ( ***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g ( ***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml ( ***GLU, MLE***), Surówka colesław 150g ( ***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - grapefriut 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2115.82 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Węglowodany ogółem: 268.10 g; suma cukrów prostych: 28.95 g; Tłuszcz: 50.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; Sód: 1466.92 mg; Cholesterol: 161.89 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| szynka z indyka prasowana 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU, JAJ***), Surówka colesław 150g ( ***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1994.95 kcal; Białko ogółem: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; suma cukrów prostych: 11.31 g; Tłuszcz: 26.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.62 g; Sód: 1203.21 mg; Cholesterol: 86.99 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| szynka z indyka prasowana 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g ( ***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml ( ***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2150.83 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 321.43 g; suma cukrów prostych: 7.89 g; Tłuszcz: 37.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sód: 1061.26 mg; Cholesterol: 151.77 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| szynka z indyka prasowana 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g ( ***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml ( ***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2150.83 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Węglowodany ogółem: 321.43 g; suma cukrów prostych: 7.89 g; Tłuszcz: 37.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.40 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sód: 1061.26 mg; Cholesterol: 151.77 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| rogal z pieprzem wp. 50g ( ***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Kotlet mielony wieprzowy 100g ( ***GLU, JAJ***), Surówka colesław 150g ( ***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g ( ***GLU, OZI***), | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2549.66 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Węglowodany ogółem: 365.31 g; suma cukrów prostych: 11.27 g; Tłuszcz: 64.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.06 g; Sód: 2211.96 mg; Cholesterol: 194.94 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| szynka z indyka prasowana 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g ( ***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2557.09 kcal; Białko ogółem: 101.55 g; Węglowodany ogółem: 379.38 g; suma cukrów prostych: 7.89 g; Tłuszcz: 50.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.95 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sód: 1332.70 mg; Cholesterol: 151.77 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| szynka z indyka prasowana 50g ( ***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g ( ***GLU, JAJ***), Sos śmietnowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka colesław 150g ( ***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | twarożek z koperkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - grapefriut 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2482.84 kcal; Białko ogółem: 103.22 g; Węglowodany ogółem: 319.76 g; suma cukrów prostych: 28.95 g; Tłuszcz: 62.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.35 g; Sód: 1720.36 mg; Cholesterol: 161.89 mg; | | |
| **środa 2026-10-07** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| pasztet sojowy 50g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa szpinakowa z ryżem 400g ( ***GLU***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU***), Surówka colesław 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g ( ***GLU, OZI***), | tofu wędzone 60g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1898.03 kcal; Białko ogółem: 52.77 g; Węglowodany ogółem: 338.37 g; suma cukrów prostych: 48.59 g; Tłuszcz: 14.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.19 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Sód: 1389.70 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), ryż na sypko 200g , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1907.88 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Węglowodany ogółem: 249.22 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Tłuszcz: 35.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.21 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; Sód: 1648.67 mg; Cholesterol: 452.90 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1938.66 kcal; Białko ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 261.18 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Tłuszcz: 34.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g; Sód: 1359.83 mg; Cholesterol: 163.91 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1938.66 kcal; Białko ogółem: 72.46 g; Węglowodany ogółem: 261.18 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Tłuszcz: 34.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g; Sód: 1359.83 mg; Cholesterol: 163.91 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony mielony 100g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1714.20 kcal; Białko ogółem: 70.38 g; Węglowodany ogółem: 234.37 g; suma cukrów prostych: 36.99 g; Tłuszcz: 34.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.20 g; Sód: 1341.83 mg; Cholesterol: 163.91 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), risotto z warzywami 300g (***SEL***), Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1981.16 kcal; Białko ogółem: 51.93 g; Węglowodany ogółem: 271.80 g; suma cukrów prostych: 40.31 g; Tłuszcz: 43.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Sód: 1437.57 mg; Cholesterol: 50.74 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), ryż na sypko 200g , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - kiwi 2szt 100g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1867.38 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 236.98 g; suma cukrów prostych: 37.58 g; Tłuszcz: 36.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; Sód: 1687.19 mg; Cholesterol: 452.90 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| polędwica z indyka 100g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 200g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g , | serek homogenizowany 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2289.67 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Węglowodany ogółem: 265.19 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Tłuszcz: 56.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g; Sód: 1931.54 mg; Cholesterol: 311.65 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| paprykarz warzywny 60g , ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU***), risotto z warzywami 300g (***SEL***), Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), | tofu z ziołami 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1547.73 kcal; Białko ogółem: 48.40 g; Węglowodany ogółem: 225.02 g; suma cukrów prostych: 59.78 g; Tłuszcz: 23.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.22 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; Sód: 1532.16 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), risotto z warzywami 300g (***SEL***), Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1953.60 kcal; Białko ogółem: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 253.75 g; suma cukrów prostych: 46.25 g; Tłuszcz: 47.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.28 g; Sód: 1649.57 mg; Cholesterol: 345.80 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), ryż na sypko 200g , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - kiwi 2szt 100g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1867.38 kcal; Białko ogółem: 83.26 g; Węglowodany ogółem: 236.98 g; suma cukrów prostych: 37.58 g; Tłuszcz: 36.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; Sód: 1687.19 mg; Cholesterol: 452.90 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), risotto z warzywami 300g (***SEL***), Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1981.16 kcal; Białko ogółem: 51.93 g; Węglowodany ogółem: 271.80 g; suma cukrów prostych: 40.31 g; Tłuszcz: 43.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; Sód: 1437.57 mg; Cholesterol: 50.74 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), Filet duszony mielony 100g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1899.42 kcal; Białko ogółem: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 254.89 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Tłuszcz: 34.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.20 g; Sód: 1341.83 mg; Cholesterol: 163.91 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), Filet duszony mielony 100g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1899.42 kcal; Białko ogółem: 70.51 g; Węglowodany ogółem: 254.89 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Tłuszcz: 34.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.06 g; Błonnik pokarmowy: 17.20 g; Sód: 1341.83 mg; Cholesterol: 163.91 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), ryż na sypko 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g ( ***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), TRYMESTR III - drożdżówka 100g (***GLU***), | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2383.53 kcal; Białko ogółem: 96.16 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Tłuszcz: 51.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sód: 1844.29 mg; Cholesterol: 484.40 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| polędwica z indyka 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), ryż na sypko 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), TRYMESTR III - drożdżówka 100g (***GLU***), | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2414.31 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Węglowodany ogółem: 330.09 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Tłuszcz: 50.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sód: 1555.44 mg; Cholesterol: 195.41 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Filet duszony 100g , Sos curry z warzywami 150g (***SEL***), ryż na sypko 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - jogurt naturalny 1szt (***MLE***), TRYMESTR III - pomarańcza 200g , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - kiwi 2szt 100g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2152.68 kcal; Białko ogółem: 93.60 g; Węglowodany ogółem: 249.32 g; suma cukrów prostych: 73.22 g; Tłuszcz: 42.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.35 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sód: 1702.81 mg; Cholesterol: 452.90 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-08** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| paprykarz warzywny 60g , ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa dyniowa z ziemniakami 400g (***GLU***), risotto z warzywami 300g (***SEL***), Sos curry z warzywami 150g (***SEL***),<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - deser alpro wanilia 150g , TRYMESTR III - drożdżówka 100g (***GLU***), | tofu z ziołami 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2024.73 kcal; Białko ogółem: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 279.65 g; suma cukrów prostych: 74.90 g; Tłuszcz: 35.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sód: 1641.37 mg; Cholesterol: 31.50 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba panierowana 100g ( ***GLU, JAJ, RYB***), surówka z kapusty kiszonej 150g , Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1879.57 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; suma cukrów prostych: 9.47 g; Tłuszcz: 47.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g; Sód: 1993.13 mg; Cholesterol: 118.22 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 100g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1591.53 kcal; Białko ogółem: 64.31 g; Węglowodany ogółem: 270.47 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 9.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; Sód: 1488.73 mg; Cholesterol: 50.80 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 100g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1591.53 kcal; Białko ogółem: 64.31 g; Węglowodany ogółem: 270.47 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 9.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; Sód: 1488.73 mg; Cholesterol: 50.80 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona mielona 100g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1386.69 kcal; Białko ogółem: 63.20 g; Węglowodany ogółem: 246.81 g; suma cukrów prostych: 7.64 g; Tłuszcz: 9.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sód: 1479.73 mg; Cholesterol: 50.80 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , Knedle ze śliwkami z cukrem i tłuszczem 6szt 300g ( ***GLU, MLE***), | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1669.16 kcal; Białko ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 206.69 g; suma cukrów prostych: 97.66 g; Tłuszcz: 14.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g; Sód: 1342.10 mg; Cholesterol: 23.62 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| rolada drobiowa 50g ( ***GLU, SEL***), Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 100g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1509.86 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 223.55 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 19.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; Sód: 2223.41 mg; Cholesterol: 84.65 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| rolada drobiowa 100g ( ***GLU, SEL***), Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 200g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g , | twarożek 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1762.62 kcal; Białko ogółem: 104.72 g; Węglowodany ogółem: 258.02 g; suma cukrów prostych: 8.94 g; Tłuszcz: 15.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.23 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g; Sód: 2041.46 mg; Cholesterol: 101.59 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa ryżowa 400g , Knedle ze śliwkami z cukrem i tłuszczem 6szt 300g (***GLU***), | tofu pomidorowe 60g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1237.56 kcal; Białko ogółem: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 164.40 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Tłuszcz: 4.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.83 g; Błonnik pokarmowy: 17.71 g; Sód: 1353.06 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), surówka z kapusty kiszonej 150g , Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1879.57 kcal; Białko ogółem: 68.17 g; Węglowodany ogółem: 260.38 g; suma cukrów prostych: 9.47 g; Tłuszcz: 47.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g; Sód: 1993.13 mg; Cholesterol: 118.22 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| rolada drobiowa 50g (***GLU, SEL***), Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 100g (***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g (***SEL***), Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1509.86 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Węglowodany ogółem: 223.55 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 19.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.24 g; Sód: 2223.41 mg; Cholesterol: 84.65 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , Knedle ze śliwkami z cukrem i tłuszczem 6szt 300g (***GLU, MLE***), | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1669.16 kcal; Białko ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 206.69 g; suma cukrów prostych: 97.66 g; Tłuszcz: 14.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g; Sód: 1342.10 mg; Cholesterol: 23.62 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona mielona 100g (***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g (***SEL***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1571.91 kcal; Białko ogółem: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 267.33 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 9.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sód: 1479.73 mg; Cholesterol: 50.80 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona mielona 100g (***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g (***SEL***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1571.91 kcal; Białko ogółem: 63.33 g; Węglowodany ogółem: 267.33 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 9.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; Sód: 1479.73 mg; Cholesterol: 50.80 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), surówka z kapusty kiszonej 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - kefir 1g (***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | ser żółty 50g (***MLE***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2189.17 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Węglowodany ogółem: 327.97 g; suma cukrów prostych: 9.47 g; Tłuszcz: 50.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g; Sód: 2030.57 mg; Cholesterol: 125.42 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 100g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - kefir 1g ( ***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1901.13 kcal; Białko ogółem: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 12.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.30 g; Sód: 1526.17 mg; Cholesterol: 58.00 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| rolada drobiowa 50g ( ***GLU, SEL***), Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa ryżowa 400g , ryba duszona 100g ( ***RYB, SEL***), Sos grecki z jarzynami 150g ( ***SEL***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - kefir 1g ( ***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | ser żółty 50g (***MLE***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1819.46 kcal; Białko ogółem: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 291.14 g; suma cukrów prostych: 7.78 g; Tłuszcz: 22.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.07 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g; Sód: 2260.85 mg; Cholesterol: 91.85 mg; | | |
| **piątek 2026-10-09** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g ( ***GLU***), herbata 250g , | Zupa ryżowa 400g , Knedle ze śliwkami z cukrem i tłuszczem 6szt 300g ( ***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - deser alpro wanilia 150g ,<br>TRYMESTR III - banan 1szt , | tofu pomidorowe 60g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1626.36 kcal; Białko ogółem: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 229.82 g; suma cukrów prostych: 115.61 g; Tłuszcz: 4.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g; Sód: 1356.30 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| Parówka wp. 1szt 60g (***GLU, SEL***), Ketchup 15g (***GLU, SEL***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z jajka 100g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2459.91 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; suma cukrów prostych: 27.34 g; Tłuszcz: 66.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sód: 2430.33 mg; Cholesterol: 919.13 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2068.63 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Węglowodany ogółem: 286.76 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Tłuszcz: 41.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Sód: 1667.18 mg; Cholesterol: 211.75 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2068.63 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Węglowodany ogółem: 286.76 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Tłuszcz: 41.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.71 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Sód: 1667.18 mg; Cholesterol: 211.75 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), marchew gotowana 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1838.10 kcal; Białko ogółem: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 258.52 g; suma cukrów prostych: 24.91 g; Tłuszcz: 41.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sód: 1653.13 mg; Cholesterol: 211.75 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), papryka faszerowana warzywami 300g (***SEL***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2175.46 kcal; Białko ogółem: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 319.99 g; suma cukrów prostych: 28.24 g; Tłuszcz: 47.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sód: 1462.97 mg; Cholesterol: 87.44 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| Parówka wp. 1szt 60g (***GLU, SEL***), Ketchup 15g (***GLU, SEL***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z jajka 100g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2441.41 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; suma cukrów prostych: 27.34 g; Tłuszcz: 67.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 2610.89 mg; Cholesterol: 959.76 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| szynkowa z kurczaka 100g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 200g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2573.48 kcal; Białko ogółem: 122.62 g; Węglowodany ogółem: 305.15 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Tłuszcz: 70.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g; Sód: 2378.37 mg; Cholesterol: 410.86 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| pasztet sojowy 50g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, SEL***), papryka faszerowana warzywami 300g (***SEL***), Sos koperkowy 150ml (***GLU***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | tofu wędzone 60g , ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1709.88 kcal; Białko ogółem: 48.96 g; Węglowodany ogółem: 280.24 g; suma cukrów prostych: 41.77 g; Tłuszcz: 24.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.10 g; Sód: 1886.51 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| pasztet sojowy 50g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z jajka 100g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2342.97 kcal; Białko ogółem: 80.16 g; Węglowodany ogółem: 296.10 g; suma cukrów prostych: 35.74 g; Tłuszcz: 66.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sód: 2430.33 mg; Cholesterol: 919.13 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| Parówka wp. 1szt 60g (***GLU, SEL***), Ketchup 15g (***GLU, SEL***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z jajka 100g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2441.41 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Węglowodany ogółem: 298.78 g; suma cukrów prostych: 27.34 g; Tłuszcz: 67.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 2610.89 mg; Cholesterol: 959.76 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), papryka faszerowana warzywami 300g (***SEL***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2175.46 kcal; Białko ogółem: 55.44 g; Węglowodany ogółem: 319.99 g; suma cukrów prostych: 28.24 g; Tłuszcz: 47.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sód: 1462.97 mg; Cholesterol: 87.44 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), marchew gotowana 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2023.32 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Tłuszcz: 41.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sód: 1653.13 mg; Cholesterol: 211.75 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), marchew gotowana 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2023.32 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Węglowodany ogółem: 279.04 g; suma cukrów prostych: 25.05 g; Tłuszcz: 41.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sód: 1653.13 mg; Cholesterol: 211.75 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| Parówka wp. 1szt 60g (***GLU, SEL***), Ketchup 15g (***GLU, SEL***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z jajka 100g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - jogurt naturalny 1szt (***MLE***),<br>TRYMESTR II + III - pomarańcza 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | serek homogenizowany ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2826.93 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; suma cukrów prostych: 62.98 g; Tłuszcz: 73.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sód: 2430.33 mg; Cholesterol: 919.13 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| szynkowa z kurczaka 50g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - jogurt naturalny 1szt (***MLE***),<br>TRYMESTR II + III - pomarańcza 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2435.65 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 317.45 g; suma cukrów prostych: 60.69 g; Tłuszcz: 48.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.46 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Sód: 1667.18 mg; Cholesterol: 211.75 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| Parówka wp. 1szt 60g (***GLU, SEL***), Ketchup 15g (***GLU, SEL***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z jajka 100g (***GLU, JAJ, MLE***), Sos koperkowy 150ml (***GLU, MLE***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - jogurt naturalny 1szt (***MLE***),<br>TRYMESTR II + III - pomarańcza 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2808.43 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Węglowodany ogółem: 329.47 g; suma cukrów prostych: 62.98 g; Tłuszcz: 75.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 2610.89 mg; Cholesterol: 959.76 mg; | | |
| **sobota 2026-10-10** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| pasztet sojowy 50g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa selerowa z zacierką 400g (***GLU, SEL***), papryka faszerowana warzywami 300g (***SEL***), Sos koperkowy 150ml (***GLU***), Surówka z marchewki i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - banan 1szt , TRYMESTR II + III - pomarańcza 200g , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | tofu wędzone 60g , ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - mus owocowy 100% 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2199.30 kcal; Białko ogółem: 55.17 g; Węglowodany ogółem: 351.43 g; suma cukrów prostych: 72.28 g; Tłuszcz: 32.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g; Sód: 1888.31 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet drobiowy panierowany 100g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | ser topiony 4 x 17,5 70g (***MLE, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1921.81 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Węglowodany ogółem: 253.52 g; suma cukrów prostych: 7.56 g; Tłuszcz: 51.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; Sód: 2396.19 mg; Cholesterol: 461.07 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1573.69 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Węglowodany ogółem: 237.63 g; suma cukrów prostych: 8.06 g; Tłuszcz: 13.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Sód: 1411.35 mg; Cholesterol: 108.40 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1573.69 kcal; Białko ogółem: 83.52 g; Węglowodany ogółem: 237.63 g; suma cukrów prostych: 8.06 g; Tłuszcz: 13.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.80 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Sód: 1411.35 mg; Cholesterol: 108.40 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony mielony 100g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1349.23 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Węglowodany ogółem: 210.82 g; suma cukrów prostych: 7.92 g; Tłuszcz: 12.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sód: 1393.35 mg; Cholesterol: 108.40 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1741.71 kcal; Białko ogółem: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; suma cukrów prostych: 8.06 g; Tłuszcz: 18.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sód: 1897.48 mg; Cholesterol: 68.44 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | ser topiony 4 x 17,5 70g (***MLE, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1713.14 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Węglowodany ogółem: 225.56 g; suma cukrów prostych: 7.56 g; Tłuszcz: 37.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; Sód: 2332.94 mg; Cholesterol: 442.80 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| filet złocisty 100g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 200g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1853.50 kcal; Białko ogółem: 129.89 g; Węglowodany ogółem: 240.95 g; suma cukrów prostych: 8.55 g; Tłuszcz: 21.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g; Sód: 1438.05 mg; Cholesterol: 216.79 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| paprykarz warzywny 60g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Bulion z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | tofu z ziołami 60g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1390.64 kcal; Białko ogółem: 50.41 g; Węglowodany ogółem: 247.93 g; suma cukrów prostych: 21.09 g; Tłuszcz: 13.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sód: 1886.95 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Bulion z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | ser topiony 4 x 17,5 70g (***MLE, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1778.07 kcal; Białko ogółem: 65.49 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; suma cukrów prostych: 7.56 g; Tłuszcz: 33.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.01 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sód: 2578.19 mg; Cholesterol: 402.84 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | ser topiony 4 x 17,5 70g (***MLE, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1713.14 kcal; Białko ogółem: 84.91 g; Węglowodany ogółem: 225.56 g; suma cukrów prostych: 7.56 g; Tłuszcz: 37.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.46 g; Sód: 2332.94 mg; Cholesterol: 442.80 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1741.71 kcal; Białko ogółem: 66.45 g; Węglowodany ogółem: 289.95 g; suma cukrów prostych: 8.06 g; Tłuszcz: 18.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.01 g; Sód: 1897.48 mg; Cholesterol: 68.44 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony mielony 100g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1534.45 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 231.34 g; suma cukrów prostych: 8.06 g; Tłuszcz: 12.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sód: 1393.35 mg; Cholesterol: 108.40 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony mielony 100g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1534.45 kcal; Białko ogółem: 81.57 g; Węglowodany ogółem: 231.34 g; suma cukrów prostych: 8.06 g; Tłuszcz: 12.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sód: 1393.35 mg; Cholesterol: 108.40 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet drobiowy panierowany 100g (***GLU, JAJ***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g , **Podwieczorek:** TRYMESTR I + II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g , TRYMESTR III - banan 1szt , | ser topiony 4 x 17,5 70g (***MLE, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2293.51 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Węglowodany ogółem: 298.97 g; suma cukrów prostych: 32.58 g; Tłuszcz: 56.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Sód: 2649.99 mg; Cholesterol: 461.07 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| filet złocisty 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g , TRYMESTR III - banan 1szt , | twarożek 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1945.39 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Węglowodany ogółem: 283.08 g; suma cukrów prostych: 33.08 g; Tłuszcz: 18.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; Sód: 1665.15 mg; Cholesterol: 108.40 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| jajko gotowane 1szt 50g (***JAJ***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Rosół z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g , TRYMESTR III - banan 1szt , | ser topiony 4 x 17,5 70g (***MLE, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2084.84 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Węglowodany ogółem: 271.01 g; suma cukrów prostych: 32.58 g; Tłuszcz: 42.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.97 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Sód: 2586.74 mg; Cholesterol: 442.80 mg; | | |
| **niedziela 2026-10-11** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| paprykarz warzywny 60g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Bulion z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU***), surówka z kapusty białej 150g (***SEL, GOR***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR III - banan 1szt , | tofu z ziołami 60g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok warzywny 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1779.44 kcal; Białko ogółem: 57.78 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; suma cukrów prostych: 46.11 g; Tłuszcz: 20.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.91 g; Błonnik pokarmowy: 36.05 g; Sód: 1904.36 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), stek wieprzowy z cebulką 100g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | ser camembert 50g (***MLE, SEL***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1948.21 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; suma cukrów prostych: 24.06 g; Tłuszcz: 34.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sód: 2530.12 mg; Cholesterol: 72.52 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2074.06 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 298.68 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 43.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Sód: 1797.07 mg; Cholesterol: 177.60 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2074.06 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Węglowodany ogółem: 298.68 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 43.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.53 g; Sód: 1797.07 mg; Cholesterol: 177.60 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1851.35 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Węglowodany ogółem: 271.99 g; suma cukrów prostych: 6.48 g; Tłuszcz: 43.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Sód: 1779.07 mg; Cholesterol: 177.60 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kotlet z brokuła 100g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1841.43 kcal; Białko ogółem: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 298.23 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 28.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Sód: 1864.59 mg; Cholesterol: 112.84 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), brokuły z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1971.28 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Węglowodany ogółem: 249.61 g; suma cukrów prostych: 24.06 g; Tłuszcz: 42.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Sód: 2407.95 mg; Cholesterol: 177.92 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| polędwica sopocka drob. 100g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 200g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2579.40 kcal; Białko ogółem: 127.71 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 72.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sód: 2683.88 mg; Cholesterol: 342.55 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 100g , pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU***), Kotlet z brokuła 100g (***GLU***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | tofu pomidorowe 60g , ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1724.44 kcal; Białko ogółem: 70.39 g; Węglowodany ogółem: 272.85 g; suma cukrów prostych: 67.45 g; Tłuszcz: 8.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sód: 1841.64 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 100g (***MLE***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kotlet z brokuła 100g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1895.38 kcal; Białko ogółem: 66.71 g; Węglowodany ogółem: 284.49 g; suma cukrów prostych: 35.68 g; Tłuszcz: 27.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Sód: 2020.44 mg; Cholesterol: 113.38 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), brokuły z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1971.28 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Węglowodany ogółem: 249.61 g; suma cukrów prostych: 24.06 g; Tłuszcz: 42.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Sód: 2407.95 mg; Cholesterol: 177.92 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kotlet z brokuła 100g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1841.43 kcal; Białko ogółem: 57.76 g; Węglowodany ogółem: 298.23 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 28.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.84 g; Błonnik pokarmowy: 32.00 g; Sód: 1864.59 mg; Cholesterol: 112.84 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2036.57 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 292.51 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 43.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Sód: 1779.07 mg; Cholesterol: 177.60 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2036.57 kcal; Białko ogółem: 81.21 g; Węglowodany ogółem: 292.51 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 43.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.99 g; Sód: 1779.07 mg; Cholesterol: 177.60 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), stek wieprzowy z cebulką 100g (***GLU, JAJ***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - mus owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - kefir 1g (***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | ser camembert 50g (***MLE, SEL***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2257.81 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Węglowodany ogółem: 332.65 g; suma cukrów prostych: 24.06 g; Tłuszcz: 36.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.70 g; Sód: 2567.56 mg; Cholesterol: 79.72 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - kefir 1g (***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko pieczone 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2383.66 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Węglowodany ogółem: 366.27 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 46.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.49 g; Sód: 1834.51 mg; Cholesterol: 184.80 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| polędwica sopocka drob. 50g (***GLU, SEL***), Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos pietruszkowy 150ml (***GLU, MLE***), brokuły z wody 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - kefir 1g (***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2280.88 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Węglowodany ogółem: 317.20 g; suma cukrów prostych: 24.06 g; Tłuszcz: 44.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.35 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g; Sód: 2445.39 mg; Cholesterol: 185.12 mg; | | |
| **poniedziałek 2026-10-12** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| Pasta z białej fasoli ze szczypiorkiem 100g , pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa kalafiorowa z ryżem 400g (***GLU***), Kotlet z brokuła 100g (***GLU***), Sałatka z buraczków i jabłka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - deser alpro wanilia 150g ,<br>TRYMESTR III - banan 1szt , | tofu pomidorowe 60g , ogórek kiszony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jabłko 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2113.24 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; suma cukrów prostych: 82.57 g; Tłuszcz: 8.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.89 g; Sód: 1844.88 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| pasztetowa drobiowa 60g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Fasolka po bretońsku 300g (***GLU, SEL***), chleb pszenny 100g (***GLU***), | paprykarz 60g (***RYB, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2238.80 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 259.52 g; suma cukrów prostych: 63.69 g; Tłuszcz: 49.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.88 g; Sód: 2586.56 mg; Cholesterol: 72.56 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1906.67 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 218.36 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 22.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; Sód: 1296.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1906.67 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 218.36 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 22.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; Sód: 1296.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1682.21 kcal; Białko ogółem: 73.02 g; Węglowodany ogółem: 191.55 g; suma cukrów prostych: 81.86 g; Tłuszcz: 22.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 13.35 g; Sód: 1278.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1906.67 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 218.36 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 22.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; Sód: 1296.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Fasolka po bretońsku 300g (***GLU, SEL***), chleb pszenny 100g (***GLU***), | paprykarz 60g (***RYB, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt naturalny 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2028.78 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Węglowodany ogółem: 230.50 g; suma cukrów prostych: 69.32 g; Tłuszcz: 30.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; Sód: 1944.68 mg; Cholesterol: 72.56 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| schab Maryny 100g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 9szt 450g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 100g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2308.20 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Węglowodany ogółem: 226.86 g; suma cukrów prostych: 119.93 g; Tłuszcz: 29.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.93 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; Sód: 1729.00 mg; Cholesterol: 55.75 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| paprykarz warzywny 60g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU***), Knedle ze śliwkami z cukrem i tłuszczem 6szt 300g ( ***GLU***), | tofu wędzone 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - deser alpro wanilia 150g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1435.13 kcal; Białko ogółem: 45.63 g; Węglowodany ogółem: 156.92 g; suma cukrów prostych: 132.25 g; Tłuszcz: 3.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 0.67 g; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; Sód: 795.43 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| paprykarz warzywny 60g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | tofu wędzone 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g ( ***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1866.41 kcal; Białko ogółem: 63.15 g; Węglowodany ogółem: 203.00 g; suma cukrów prostych: 107.58 g; Tłuszcz: 21.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.31 g; Błonnik pokarmowy: 16.84 g; Sód: 903.65 mg; Cholesterol: 5.19 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| schab Maryny 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), Fasolka po bretońsku 300g ( ***GLU, SEL***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), | paprykarz 60g (***RYB, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt naturalny 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2028.78 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Węglowodany ogółem: 230.50 g; suma cukrów prostych: 69.32 g; Tłuszcz: 30.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; Sód: 1944.68 mg; Cholesterol: 72.56 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| schab Maryny 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g ( ***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1906.67 kcal; Białko ogółem: 75.09 g; Węglowodany ogółem: 218.36 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 22.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; Sód: 1296.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| schab Maryny 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g ( ***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1867.43 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 212.07 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 22.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 13.35 g; Sód: 1278.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| schab Maryny 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***), | szynka gotowana wp. 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g ( ***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1867.43 kcal; Białko ogółem: 73.15 g; Węglowodany ogółem: 212.07 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 22.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 13.35 g; Sód: 1278.55 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| pasztetowa drobiowa 60g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g ( ***GLU, MLE***), Fasolka po bretońsku 300g ( ***GLU, SEL***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - soczek owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - banan 1szt , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g ( ***GLU, OZI***), | paprykarz 60g (***RYB, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g ( ***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2680.52 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Węglowodany ogółem: 348.17 g; suma cukrów prostych: 63.69 g; Tłuszcz: 58.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; Sód: 2588.36 mg; Cholesterol: 72.56 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), pierogi leniwe z cukrem, tłuszczem 6szt 300g (***MLE***),<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - soczek owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - banan 1szt , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | szynka gotowana wp. 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2348.39 kcal; Białko ogółem: 79.96 g; Węglowodany ogółem: 307.01 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Tłuszcz: 31.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.06 g; Błonnik pokarmowy: 19.00 g; Sód: 1298.35 mg; Cholesterol: 30.44 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| schab Maryny 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU, MLE***), Fasolka po bretońsku 300g (***GLU, SEL***), chleb pszenny 100g (***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - soczek owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - banan 1szt , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | paprykarz 60g (***RYB, SEL***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - jogurt naturalny 1szt (***MLE***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2470.50 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Węglowodany ogółem: 319.15 g; suma cukrów prostych: 69.32 g; Tłuszcz: 39.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; Sód: 1946.48 mg; Cholesterol: 72.56 mg; | | |
| **wtorek 2026-10-13** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| paprykarz warzywny 60g , pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (***GLU***), Knedle ze śliwkami z cukrem i tłuszczem 6szt 300g (***GLU***),<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - soczek owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - banan 1szt , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | tofu wędzone 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - deser alpro wanilia 150g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1876.85 kcal; Białko ogółem: 50.49 g; Węglowodany ogółem: 245.57 g; suma cukrów prostych: 132.25 g; Tłuszcz: 12.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 3.82 g; Błonnik pokarmowy: 19.32 g; Sód: 797.23 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| frankfurterka wp. 2szt 60g (***GLU, SEL***), musztarda 15g (***SEL, GOR***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Gulasz z wątróbki 150g (***GLU, SEL***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2072.69 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Węglowodany ogółem: 289.14 g; suma cukrów prostych: 11.11 g; Tłuszcz: 47.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.89 g; Błonnik pokarmowy: 26.74 g; Sód: 2700.79 mg; Cholesterol: 54.27 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1761.58 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Węglowodany ogółem: 268.46 g; suma cukrów prostych: 7.93 g; Tłuszcz: 20.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; Sód: 1325.17 mg; Cholesterol: 116.82 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1761.58 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Węglowodany ogółem: 268.46 g; suma cukrów prostych: 7.93 g; Tłuszcz: 20.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; Sód: 1325.17 mg; Cholesterol: 116.82 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony mielony 100g , sos własny 100g (***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1537.12 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Węglowodany ogółem: 241.65 g; suma cukrów prostych: 7.79 g; Tłuszcz: 19.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; Sód: 1307.17 mg; Cholesterol: 116.82 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Kotlet warzywny 100g (***GLU, JAJ***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1808.17 kcal; Białko ogółem: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 308.70 g; suma cukrów prostych: 9.10 g; Tłuszcz: 16.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Sód: 2352.09 mg; Cholesterol: 76.86 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Gulasz z wątróbki 150g (***GLU, SEL***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - grapefriut 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1812.46 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Węglowodany ogółem: 232.31 g; suma cukrów prostych: 28.75 g; Tłuszcz: 33.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sód: 2396.37 mg; Cholesterol: 9.72 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| schab pieczony 100g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony 200g , sos własny 100g (***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2074.53 kcal; Białko ogółem: 127.23 g; Węglowodany ogółem: 272.43 g; suma cukrów prostych: 9.24 g; Tłuszcz: 32.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; Sód: 1821.99 mg; Cholesterol: 228.59 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| pasztet sojowy 50g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | tofu z ziołami 60g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1450.92 kcal; Białko ogółem: 45.73 g; Węglowodany ogółem: 278.40 g; suma cukrów prostych: 21.32 g; Tłuszcz: 7.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; Sód: 2125.57 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| pasztet sojowy 50g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU, JAJ, MLE***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU, JAJ***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1729.76 kcal; Białko ogółem: 56.51 g; Węglowodany ogółem: 296.01 g; suma cukrów prostych: 19.80 g; Tłuszcz: 14.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.18 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; Sód: 2173.17 mg; Cholesterol: 76.86 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| schab pieczony 50g ( ***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU, JAJ, MLE***), Gulasz z wątróbki 150g ( ***GLU, SEL***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - grapefriut 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1812.46 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Węglowodany ogółem: 232.31 g; suma cukrów prostych: 28.75 g; Tłuszcz: 33.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 5.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sód: 2396.37 mg; Cholesterol: 9.72 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| schab pieczony 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU, JAJ, MLE***), Kotlet warzywny 100g ( ***GLU, JAJ***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1808.17 kcal; Białko ogółem: 61.77 g; Węglowodany ogółem: 308.70 g; suma cukrów prostych: 9.10 g; Tłuszcz: 16.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Sód: 2352.09 mg; Cholesterol: 76.86 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| schab pieczony 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony mielony 100g , sos własny 100g ( ***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g ( ***MLE***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1722.34 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Węglowodany ogółem: 262.17 g; suma cukrów prostych: 7.93 g; Tłuszcz: 19.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; Sód: 1307.17 mg; Cholesterol: 116.82 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| schab pieczony 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony mielony 100g , sos własny 100g ( ***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g , | twarożek ze szczypiorkiem 60g ( ***MLE***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1722.34 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Węglowodany ogółem: 262.17 g; suma cukrów prostych: 7.93 g; Tłuszcz: 19.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g; Sód: 1307.17 mg; Cholesterol: 116.82 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| frankfurterka wp. 2szt 60g ( ***GLU, SEL***), musztarda 15g ( ***SEL, GOR***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g ( ***GLU, JAJ, MLE***), Gulasz z wątróbki 150g ( ***GLU, SEL***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g ( ***GLU, OZI***), | twarożek ze szczypiorkiem 60g ( ***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2439.71 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; suma cukrów prostych: 11.11 g; Tłuszcz: 59.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; Sód: 2954.23 mg; Cholesterol: 54.27 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Filet duszony 100g , sos własny 100g (***GLU***), bukiet jarzyn gotowany 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2128.60 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Węglowodany ogółem: 320.12 g; suma cukrów prostych: 7.93 g; Tłuszcz: 32.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; Sód: 1578.61 mg; Cholesterol: 116.82 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| schab pieczony 50g (***GLU, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU, JAJ, MLE***), Gulasz z wątróbki 150g (***GLU, SEL***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - Serek ziarnisty 200g ,<br>TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | twarożek ze szczypiorkiem 60g (***MLE***), papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - grapefriut 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2179.48 kcal; Białko ogółem: 95.45 g; Węglowodany ogółem: 283.97 g; suma cukrów prostych: 28.75 g; Tłuszcz: 44.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Sód: 2649.81 mg; Cholesterol: 9.72 mg; | | |
| **środa 2026-10-14** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| pasztet sojowy 50g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa koperkowa z zacierką 400g (***GLU***), Kotlet warzywny 100g (***GLU***), sałatka szwedzka 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - grapefriut 200g , TRYMESTR III - wafle ryżowe w czekoladzie 45g (***GLU, OZI***), | tofu z ziołami 60g , papryka konserwowa 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - banan 1szt , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1800.84 kcal; Białko ogółem: 49.34 g; Węglowodany ogółem: 328.17 g; suma cukrów prostych: 38.96 g; Tłuszcz: 14.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.16 g; Błonnik pokarmowy: 31.72 g; Sód: 2127.01 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), Pasta z zielonego groszku 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy panierowany 100g (***GLU, JAJ***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2149.06 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Węglowodany ogółem: 230.22 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Tłuszcz: 52.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.06 g; Błonnik pokarmowy: 22.44 g; Sód: 1839.26 mg; Cholesterol: 114.85 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 100g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1978.21 kcal; Białko ogółem: 76.90 g; Węglowodany ogółem: 237.27 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 36.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g; Sód: 1028.61 mg; Cholesterol: 97.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 100g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1978.21 kcal; Białko ogółem: 76.90 g; Węglowodany ogółem: 237.27 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 36.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.46 g; Sód: 1028.61 mg; Cholesterol: 97.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu mielona 100g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1755.50 kcal; Białko ogółem: 74.86 g; Węglowodany ogółem: 210.57 g; suma cukrów prostych: 61.37 g; Tłuszcz: 35.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.17 g; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; Sód: 1010.61 mg; Cholesterol: 97.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU, JAJ***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2012.19 kcal; Białko ogółem: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 271.20 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 33.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Sód: 1624.39 mg; Cholesterol: 115.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), Pasta z zielonego groszku 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 100g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - kiwi 2szt 100g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2025.48 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Węglowodany ogółem: 212.63 g; suma cukrów prostych: 64.80 g; Tłuszcz: 43.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; Sód: 1792.26 mg; Cholesterol: 92.62 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| kiełbasa szynkowa 100g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 200g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 120g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2460.87 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Węglowodany ogółem: 252.29 g; suma cukrów prostych: 62.89 g; Tłuszcz: 63.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.89 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g; Sód: 1240.56 mg; Cholesterol: 187.14 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| Pasta z zielonego groszku 100g , pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g ( ***GLU***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | tofu pomidorowe 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1536.13 kcal; Białko ogółem: 49.86 g; Węglowodany ogółem: 223.77 g; suma cukrów prostych: 77.80 g; Tłuszcz: 14.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 1.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; Sód: 1485.34 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| Pasta z zielonego groszku 100g ( ***MLE***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g ( ***GLU, JAJ***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g ( ***MLE***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1983.47 kcal; Białko ogółem: 73.54 g; Węglowodany ogółem: 252.07 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Tłuszcz: 33.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; Sód: 1983.76 mg; Cholesterol: 111.12 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| kiełbasa szynkowa 50g ( ***GLU, SEL***), Pasta z zielonego groszku 60g ( ***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 100g ( ***GLU***), sos własny 100g ( ***GLU***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | ser żółty 50g ( ***MLE***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - kiwi 2szt 100g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2025.48 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Węglowodany ogółem: 212.63 g; suma cukrów prostych: 64.80 g; Tłuszcz: 43.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; Sód: 1792.26 mg; Cholesterol: 92.62 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| kiełbasa szynkowa 50g ( ***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g ( ***GLU, JAJ***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2012.19 kcal; Białko ogółem: 56.47 g; Węglowodany ogółem: 271.20 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 33.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g; Sód: 1624.39 mg; Cholesterol: 115.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| kiełbasa szynkowa 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu mielona 100g ( ***GLU***), sos własny 100g ( ***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g ( ***MLE***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1940.72 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 231.09 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 35.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.17 g; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; Sód: 1010.61 mg; Cholesterol: 97.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| kiełbasa szynkowa 50g ( ***GLU, SEL***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu mielona 100g ( ***GLU***), sos własny 100g ( ***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g , | serek homogenizowany 60g ( ***MLE***), mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1940.72 kcal; Białko ogółem: 75.00 g; Węglowodany ogółem: 231.09 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 35.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.17 g; Błonnik pokarmowy: 18.92 g; Sód: 1010.61 mg; Cholesterol: 97.36 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| kiełbasa szynkowa 50g ( ***GLU, SEL***), Pasta z zielonego groszku 60g ( ***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g ( ***GLU, MLE, SEL***), Kotlet schabowy panierowany 100g ( ***GLU, JAJ***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g ( ***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - jogurt owocowy 1szt 150g ( ***MLE***), TRYMESTR III - drożdżówka 100g ( ***GLU***), | ser żółty 50g ( ***MLE***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2624.71 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Węglowodany ogółem: 299.14 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Tłuszcz: 68.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sód: 2034.87 mg; Cholesterol: 146.35 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 100g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), Kalafior z wody 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - jogurt owocowy 1szt 150g (***MLE***), TRYMESTR III - drożdżówka 100g (***GLU***), | serek homogenizowany 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2453.86 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Tłuszcz: 52.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; Sód: 1224.23 mg; Cholesterol: 128.86 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| kiełbasa szynkowa 50g (***GLU, SEL***), Pasta z zielonego groszku 60g (***MLE***), sałata zielona 40g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, MLE, SEL***), Bitka ze schabu 100g (***GLU***), sos własny 100g (***GLU***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - jogurt naturalny 1szt (***MLE***), TRYMESTR III - pomarańcza 200g , | ser żółty 50g (***MLE***), papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - kiwi 2szt 100g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2310.78 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Węglowodany ogółem: 224.98 g; suma cukrów prostych: 100.44 g; Tłuszcz: 49.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; Sód: 1807.87 mg; Cholesterol: 92.62 mg; | | |
| **czwartek 2026-10-15** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| Pasta z zielonego groszku 100g , pomidor 60g , sałata zielona 40g , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | zupa pomidorowa z makaronem 400g (***GLU, SEL***), Kotlet z kalafiora 100g (***GLU***), sałatka z kapusty czerwonej 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + II + III - batonik musli 50g (***GLU, OZI, ORZ***), TRYMESTR II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR III - drożdżówka 100g (***GLU***), | tofu pomidorowe 60g , papryka świeża 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - pomarańcza 200g , |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1996.93 kcal; Białko ogółem: 61.01 g; Węglowodany ogółem: 277.25 g; suma cukrów prostych: 102.82 g; Tłuszcz: 26.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Sód: 1594.55 mg; Cholesterol: 31.50 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), surówka z kapusty pekińskiej 150g , Ziemniaki 200g , | serek fromage 60g ( ***MLE, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1968.77 kcal; Białko ogółem: 60.08 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 54.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Sód: 1720.20 mg; Cholesterol: 83.10 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1938.62 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; suma cukrów prostych: 8.69 g; Tłuszcz: 25.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; Sód: 1572.96 mg; Cholesterol: 130.41 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM KWASÓW TŁUSZCZOWYCH** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1938.62 kcal; Białko ogółem: 75.25 g; Węglowodany ogółem: 303.89 g; suma cukrów prostych: 8.69 g; Tłuszcz: 25.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; Sód: 1572.96 mg; Cholesterol: 130.41 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA TRZUSTKOWA D05** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1733.78 kcal; Białko ogółem: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 280.22 g; suma cukrów prostych: 8.56 g; Tłuszcz: 25.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sód: 1563.96 mg; Cholesterol: 130.41 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA NISKOBIAŁKOWA D08** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), papryka faszerowana warzywami 300g ( ***SEL***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2045.45 kcal; Białko ogółem: 51.28 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; suma cukrów prostych: 11.88 g; Tłuszcz: 30.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Sód: 1368.75 mg; Cholesterol: 6.10 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03** | |
| kiełbasa kminkowa 50g ( ***GLU, SEL***), Jabłko 1szt , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | serek fromage 60g ( ***MLE, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1813.03 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 255.36 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 38.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sód: 2087.83 mg; Cholesterol: 172.49 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07** | |
| kiełbasa kminkowa 100g ( ***GLU, SEL***), Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 200g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 120g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2388.47 kcal; Białko ogółem: 130.82 g; Węglowodany ogółem: 310.07 g; suma cukrów prostych: 10.77 g; Tłuszcz: 43.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g; Sód: 2653.30 mg; Cholesterol: 338.88 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA D04** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g (***GLU***), herbata 250g , | Zupa krupnik 400g (***GLU***), papryka faszerowana warzywami 300g (***SEL***), Sos jarzynowy 150g (***GLU***), Ziemniaki 200g , | tofu wędzone 60g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1590.67 kcal; Białko ogółem: 41.12 g; Węglowodany ogółem: 290.81 g; suma cukrów prostych: 12.64 g; Tłuszcz: 24.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g; Sód: 1400.26 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA WEGETARIAŃSKA /WE** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g (***GLU, MLE***), ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), surówka z kapusty pekińskiej 150g , Ziemniaki 200g , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1968.77 kcal; Białko ogółem: 60.08 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 54.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; Sód: 1720.20 mg; Cholesterol: 83.10 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA BOGATORESZTKOWA D06** | |
| kiełbasa kminkowa 50g (***GLU, SEL***), Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1813.03 kcal; Białko ogółem: 77.66 g; Węglowodany ogółem: 255.36 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 38.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.95 g; Błonnik pokarmowy: 29.16 g; Sód: 2087.83 mg; Cholesterol: 172.49 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM BIAŁKA NATURALNEGO D13A** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g (***GLU, MLE***), papryka faszerowana warzywami 300g (***SEL***), Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g (***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2045.45 kcal; Białko ogółem: 51.28 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; suma cukrów prostych: 11.88 g; Tłuszcz: 30.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; Sód: 1368.75 mg; Cholesterol: 6.10 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA O ZMIENIONEJ KONSYSTENCJI D09** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1919.00 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; suma cukrów prostych: 8.69 g; Tłuszcz: 25.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sód: 1563.96 mg; Cholesterol: 130.41 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA PRZETARTA D10 - ŻOŁĄDKOWA** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g (***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g , | ser mozzarella 60g (***MLE***), mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1919.00 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; suma cukrów prostych: 8.69 g; Tłuszcz: 25.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.97 g; Sód: 1563.96 mg; Cholesterol: 130.41 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA PODSTAWOWA (CIĄŻA) C01** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), chleb pszenny 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g (***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g (***GLU, MLE***), ryba panierowana 100g (***GLU, JAJ, RYB***), surówka z kapusty pekińskiej 150g , Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt ,<br>TRYMESTR II + III - kefir 1g (***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | serek fromage 60g (***MLE, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g (***MLE***), chleb graham 100g (***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt (***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2278.37 kcal; Białko ogółem: 65.39 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 56.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Sód: 1757.64 mg; Cholesterol: 90.30 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**

**Jadłospisy dla oddziałów**

## Oddział: Szpital

| Śniadanie<br>II Śniadanie | Obiad<br>Podwieczorek | Kolacja<br>Posiłek nocny |
|---|---|---|
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA (CIĄŻA) C02** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko pieczone 1szt , mas-mix 15g (***MLE***), bułka kanapkowa 100g (***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - kefir 1g ( ***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | ser mozzarella 60g ( ***MLE***), pomidor 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), bułka kanapkowa 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2248.22 kcal; Białko ogółem: 80.56 g; Węglowodany ogółem: 371.48 g; suma cukrów prostych: 8.69 g; Tłuszcz: 27.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.47 g; Błonnik pokarmowy: 30.22 g; Sód: 1610.40 mg; Cholesterol: 137.61 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM WĘGLOWODANÓW (CIĄŻA) C03** | |
| kiełbasa kminkowa 50g ( ***GLU, SEL***), Jabłko 1szt , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), kawa zbożowa z mlekiem 250g ( ***GLU, MLE***), | Zupa krupnik 400g ( ***GLU, MLE***), Pulpet wieprzowy 100g (***GLU, JAJ***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU, MLE***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - kefir 1g ( ***MLE***), TRYMESTR III - banan 1szt , | serek fromage 60g ( ***MLE, SEL***), ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g ( ***MLE***), chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 2122.63 kcal; Białko ogółem: 82.97 g; Węglowodany ogółem: 322.95 g; suma cukrów prostych: 6.62 g; Tłuszcz: 41.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.24 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; Sód: 2125.27 mg; Cholesterol: 179.69 mg; | | |
| **piątek 2026-10-16** | **Dieta: DIETA WEGAŃSKA (CIĄŻA) C04** | |
| dżem niskosłodzony 60g , Jabłko 1szt , mas-mix 15g , chleb pszenny 100g ( ***GLU***), herbata 250g , | Zupa krupnik 400g ( ***GLU***), papryka faszerowana warzywami 300g ( ***SEL***), Sos jarzynowy 150g ( ***GLU***), Ziemniaki 200g ,<br>**Podwieczorek:**<br>TRYMESTR I + III - mus owocowy 100% 1szt , TRYMESTR II + III - kiwi 2szt 100g , TRYMESTR III - banan 1szt , | tofu wędzone 60g , ogórek zielony 80g , sałata zielona 20g , mas-mix 15g , chleb graham 100g ( ***GLU***), herbata 250g , KOLACJA I - sok pomidorowy 1szt ( ***SEL***), |
| **Wartości odżywcze:** Energia : 1963.27 kcal; Białko ogółem: 45.08 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; suma cukrów prostych: 37.66 g; Tłuszcz: 24.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 2.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.29 g; Sód: 1403.50 mg; Cholesterol: 0.00 mg; | | |



**Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone**