

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.09.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, papryka 30g, ogórek 30g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 231,68 Białko (g) -106,45 Tłuszcze (g) -72,56 - w tym tł. nasycone (g) -34,54 Węglowodany ogółem (g) -312,52 - w tym cukry (g) -57,68
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Szaszłyki drobiowe z warzywami 180g (3) Ryż z curry 200g Surówka z kapusty pekińskiej 80g	Węglowodany ogółem (g) -312,52 - w tym cukry (g) -57,68
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 20g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	Błonnik (g) -26,63 Sól (g) -6,18 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.09.2024
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, papryka 30g, ogórek 30g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 407,40 Białko (g) -110,82 Tłuszcze (g) -77,43 - w tym tł. nasycone (g) -37,02 Węglowodany ogółem (g) -342,06 - w tym cukry (g) -64,32
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Szaszłyki drobiowe z warzywami 180g (3) Ryż z curry 200g Surówka z kapusty pekińskiej 80g	Węglowodany ogółem (g) -342,06 - w tym cukry (g) -64,32
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 20g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	Błonnik (g) -27,69 Sól (g) -6,66 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Ciasto(1,2,8), herbata owocowa	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.09.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 147,97 Białko (g) –103,77 Tłuszcze (g) –68,90 - w tym tł. nasycone (g) –32,72
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Pieczeń drobiowa 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia z marchewką 120g	Węglowodany ogółem (g) –300,00 - w tym cukry (g) –39,68 Błonnik (g) –24,25
KOLACJA	Galaretka z pstrągą z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 20g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	Sól (g) –6,69 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.09.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 036,22 Białko (g) –85,05 Tłuszcze (g) –69,73 - w tym tł. nasycone (g) –33,46
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Pieczeń drobiowa 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	Węglowodany ogółem (g) –289,38 - w tym cukry (g) –28,76 Błonnik (g) –24,25
KOLACJA	Galaretka z pstrągą z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 20g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	Sól (g) –6,73 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.09.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Twaróg z rzodkiewkami i koperkiem 60g (2) Szynka prasowana 50g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Banan 150g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 243,75 Białko (g) -97,75 Tłuszcze (g) -72,49 - w tym tł. nasycone (g) -31,87 Węglowodany ogółem (g) -328,11 - w tym cukry (g) -46,60 Błonnik (g) -30,72 Sól (g)-7,12 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Sos meksykański 200g (1,2,3,6) Makaron razowy 200g (1) Sałata z sosem winegret 120g (7,8)	
KOLACJA	Pasta jajeczna z tuńczykiem 70g (1,2,3,7,8,9) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.09.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Twaróg z rzodkiewkami i koperkiem 60g (2) Szynka prasowana 50g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Banan 150g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 419,55 Białko (g) -105,73 Tłuszcze (g) -80,35 - w tym tł. nasycone (g) -34,31 Węglowodany ogółem (g) -347,37 - w tym cukry (g) -48,22 Błonnik (g) -31,86 Sól (g) -7,34 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Sos meksykański 200g (1,2,3,6) Makaron razowy 200g (1) Sałata z sosem winegret 120g (7,8)	
KOLACJA	Pasta jajeczna z tuńczykiem 70g (1,2,3,7,8,9) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
PODWIECZOREK	pizzerki (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.09.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Twaróg z koperkiem 60g (2) Szynka prasowana 50g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Banan 150g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 074,52 Białko (g) –85,19 Tłuszcze (g) –68,26 - w tym tł. nasycone (g) –31,03 Węglowodany ogółem (g) –305,64 - w tym cukry (g) –54,39 Błonnik (g) –28,54 Sól (g) –7,10 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Koperkowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Gulasz drobiowy 200g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
KOLACJA	½ jajka (8) Kanapkowa 40g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata Jabłko pieczone 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.09.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Twaróg z koperkiem 60g (2) Szynka prasowana 50g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2) Kiwi 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 001,02 Białko (g) –85,94 Tłuszcze (g) –69,31 - w tym tł. nasycone (g) –31,44 Węglowodany ogółem (g) –284,94 - w tym cukry (g) –34,29 Błonnik (g) –28,84 Sól (g) –7,13 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Koperkowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Gulasz drobiowy 200g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
KOLACJA	½ jajka (8) Kanapkowa 40g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.09.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 250ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 197,67 Białko (g) –89,72 Tłuszcze (g) –73,31 - w tym tł. nasycone (g) –35,83 Węglowodany ogółem (g) –323,70 - w tym cukry (g) –35,11 Błonnik (g) –31,80
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g	Sól (g)-6,93 (w tym sól dodana 2g)
KOLACJA	Sałata z kurczakiem i sosem jogurtowym (1,2,3,6,7,8) Ser salami 20g (2) Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Sok owocowy 200ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.09.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 250ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 449,67 Białko (g) -96,96 Tłuszcze (g) -78,81 - w tym tł. nasycone (g) -37,48 Węglowodany ogółem (g) -367,57 - w tym cukry (g) -55,96 Błonnik (g) -32,71
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g	Sól (g) -7,08 (w tym sól dodana 2g)
KOLACJA	Sałata z kurczakiem i sosem jogurtowym (1,2,3,6,7,8) Ser salami 20g (2) Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
PODWIECZOREK	Deser jogurtowy z owocami (1,2,4,8,10)	
POSIŁEK DODATKOWY	Sok owocowy 200ml (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.09.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 250ml(1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko pieczone 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 184,27 Białko (g) –73,79 Tłuszcze (g) –72,95 - w tym tł. nasycone (g) –32,84
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g	Węglowodany ogółem (g) –334,55 - w tym cukry (g) –37,61 Błonnik (g) –29,21
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (1,3,6,9) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	Sól (g) –7,09 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Sok owocowy 200ml (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.09.2025 D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Favita 40g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 052,87 Białko (g) –85,50 Tłuszcze (g) –73,93 - w tym tł. nasycone (g) –33,87
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g	Węglowodany ogółem (g) –287,65 - w tym cukry (g) –24,46
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (1,3,6,9) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	Błonnik (g) –28,50 Sól (g) –7,66 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek wiejski 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.09.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 210,25 Białko (g) –103,84 Tłuszcze (g) –69,10 - w tym tł. nasycone (g) –34,82 Węglowodany ogółem (g) –315,20 - w tym cukry (g) –56,33 Błonnik (g) –24,83 Sól (g)-6,89 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos z suszonymi pomidorami 100g (1,2,3) Ryż z curry 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg ze szczypiorkiem i oliwkami 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.09.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 415,26 Białko (g) –108,90 Tłuszcze (g) –74,79 - w tym tł. nasycone (g) –37,70 Węglowodany ogółem (g) –349,66 - w tym cukry (g) –64,06 Błonnik (g) –26,06 Sól (g) -6,98 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos z suszonymi pomidorami 100g (1,2,3) Ryż z curry 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg ze szczypiorkiem i oliwkami 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
PODWIECZOREK	Ciasto (1,2,8), Herbata owocowa	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.09.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 40g (2,3,6,9) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 237,24 Białko (g) -103,60 Tłuszcze (g) -68,34 - w tym tł. nasycone (g) -34,62 Węglowodany ogółem (g) -323,06 - w tym cukry (g) -53,38 Błonnik (g) -24,37 Sól (g) -6,81 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.09.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Serek Deliser 34 g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 024,05 Białko (g) -97,80 Tłuszcze (g) -66,16 - w tym tł. nasycone (g) -33,28 Węglowodany ogółem (g) -281,44 - w tym cukry (g) -27,29 Błonnik (g) -24,94 Sól (g) -7,46 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany bez laktozy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.09.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 250ml (1,2,8) Kanapkowa 30g (3,6,7) Jajko 1szt. (8) Sałata Ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 184,71 Białko (g) –82,98 Tłuszcze (g) –72,78 - w tym tł. nasycone (g) –31,55
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kotlet rybny (1,2,3,8,9) Ziemniaki Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) –325,09 - w tym cukry (g) –49,96 Błonnik (g) –28,30
KOLACJA	Sałatka ryżowa z selerem 160g (3,6,7,8) Serek Favita 40g (2) Sałata Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 80g (1) Herbata	Sól (g)-6,91 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.09.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 250ml (1,2,8) Kanapkowa 30g (3,6,7) Jajko 1szt. (8) Sałata Ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 398,31 Białko (g) –91,92 Tłuszcze (g) –75,15 - w tym tł. nasycone (g) –32,83
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kotlet rybny (1,2,3,8,9) Ziemniaki Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) –364,94 - w tym cukry (g) –78,30 Błonnik (g) –29,58
KOLACJA	Sałatka ryżowa z selerem 160g (3,6,7,8) Serek Favita 40g (2) Sałata, Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 80g (1) Herbata	Sól (g) -6,95 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Kisiel z truskawkami i serkiem (2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.09.2025**Dieta lekkostrawna**

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 250ml (1,2,8) Kanapkowa 30g (3,6,7) ½ jajka (2) Sałata Brzoskwinie 100g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 056,14 Białko (g) –80,91 Tłuszcze (g) –68,55 - w tym tł. nasycone (g) –32,66
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Ryba gotowana 80g (9) Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) –303,30 - w tym cukry (g) –52,65 Błonnik (g) –27,18
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (3,7,6) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	Sól (g) –7,01 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.09.2025**D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych**

ŚNIADANIE	Kanapkowa 30g (3,6,7) Jajko 1szt. (8) Sałata Kiwi 150g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 044,29 Białko (g) –94,05 Tłuszcze (g) –71,12 - w tym tł. nasycone (g) –33,23 Węglowodany ogółem (g) –288,27 - w tym cukry (g) –32,61 Błonnik (g) –33,57
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Ryba gotowana 80g (9) Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g Fasolka szparagowa 120g	Sól (g) –7,56 (w tym sól dodana 2g)
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (3,7,6) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Pomarańcza 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek wiejski 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.09.2025**Dieta podstawowa**

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, papryka 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 418,21 Białko (g) –91,14 Tłuszcze (g) –78,89 - w tym tł. nasycone (g) –39,46
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	Węglowodany ogółem (g) –371,80 - w tym cukry (g) –69,57 Błonnik (g) –39,12
KOLACJA	Ser żółty 20g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g)-6,94 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.09.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, papryka 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 237,66 Białko (g) –88,42 Tłuszcze (g) –74,14 - w tym tł. nasycone (g) –36,57
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	Węglowodany ogółem (g) –336,07 - w tym cukry (g) –54,48 Błonnik (g) –34,74
KOLACJA	Ser żółty 20g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,93 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Koktajl szpinakowy	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.09.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 072,47 Białko (g) –83,74 Tłuszcze (g) –67,86 - w tym tł. nasycone (g) –33,44 Węglowodany ogółem (g) –306,49 - w tym cukry (g) –49,42 Błonnik (g) –27,60 Sól (g) –6,76 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Serek Deliser 17g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.09.2024
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 035,72 Białko (g) –84,52 Tłuszcze (g) –73,04 - w tym tł. nasycone (g) –36,58 Węglowodany ogółem (g) –285,83 - w tym cukry (g) –29,35 Błonnik (g) –27,90 Sól (g) –6,78 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Serek Deliser 17g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Kiwi 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Dżem 25g Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 192,10 Białko (g) -87,06 Tłuszcze (g) -73,80 - w tym tł. nasycone (g) -32,53
OBIAD	Selerowo-paprykowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Devolaj 100g (1,2,3,8) Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 120g (1,2)	Węglowodany ogółem (g) -325,96 - w tym cukry (g) -43,34 Błonnik (g) -33,68
KOLACJA	Pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem 70g (3,7,8,9) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -7,08 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Sok owocowy 200ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Dżem 25g Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 397,11 Białko (g) -91,92 Tłuszcze (g) -79,48 - w tym tł. nasycone (g) -35,42
OBIAD	Selerowo-paprykowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Devolaj 100g (1,2,3,8) Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 120g (1,2)	Węglowodany ogółem (g) -360,41 - w tym cukry (g) -51,08 Błonnik (g) -34,91
KOLACJA	Pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem 70g (3,7,8,9) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -7,15 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Ciasto (1,2,8), herbata owocowa	
POSIŁEK DODATKOWY	Sok owocowy	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Dżem 25g Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 041,92 Białko (g) -78,26 Tłuszcze (g) -65,30 - w tym tł. nasycone (g) -31,88
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Pierś gotowana 80g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 120g	Węglowodany ogółem (g) -312,29 - w tym cukry (g) -44,29 Błonnik (g) -29,94
KOLACJA	½ jajka (8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,91 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Sok owocowy 200ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.09.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,9) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 006,95 Białko (g) -85,02 Tłuszcze (g) -70,35 - w tym tł. nasycone (g) -33,18
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Pierś gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi 120g	Węglowodany ogółem (g) -288,77 - w tym cukry (g) -26,97 Błonnik (g) -32,90
KOLACJA	1 jajko (8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	Sól (g) -7,59 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Sok pomidorowy 300ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	