

ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (2) Kanapkowa 40g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata papryka 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2) Gruszka 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 213,59 Białko (g) –80,32 Tłuszcze (g) –71,27 - w tym tł. nasycone (g) –32,52
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pulpet gotowany 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) –340,65 - w tym cukry (g) –38,86 Błonnik (g) –30,75
KOLACJA	Sałatka makaronowa z tuńczykiem (1,2,3,8,9) jajko 50g (8) Sałata Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa z mlekiem 250ml (1,2)	Sól (g)-6,80 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny (2) 100g	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (2) Kanapkowa 40g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata papryka 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2) Gruszka 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2483,64 Białko (g) –89,07 Tłuszcze (g) –82,61 - w tym tł. nasycone (g) –36,20
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pulpet gotowany 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) –375,56 - w tym cukry (g) –44,45 Błonnik (g) –32,54
KOLACJA	Sałatka makaronowa z tuńczykiem (1,2,3,8,9) jajko 50g (8) Sałata Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa z mlekiem 250ml (1,2)	Sól (g) -7,21 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Kanapka z serem i warzywami (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny (2) 100g	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (2) Kanapkowa 40g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata Pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2093,82 Białko (g) -74,80 Tłuszcze (g) -65,89 - w tym tł. nasycone (g) -32,18
OBIAD	krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pulpet gotowany 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -323,79 - w tym cukry (g) -52,59 Błonnik (g) -26,23
KOLACJA	½ jajka (8) szynkowa 40g (3,6,7) Sałata, Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa z mlekiem 250ml(1,2)	Sól (g) -7,09(w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny (2) 100g	
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 09.02.2026 D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Serek wiejski lekki 150g (2) Kanapkowa 40g (3,6,7) serek Favita 20g (2) Sałata Pomidor 50g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2073,70 Białko (g) -90,15 Tłuszcze (g) -71,38 - w tym tł. nasycone (g) -33,77
OBIAD	krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Pulpet gotowany 80g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -291,91 - w tym cukry (g) -36,77 Błonnik (g) -26,77
KOLACJA	jajko (8) szynkowa 40g (3,6,7) Sałata, pomarańcza 150g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa z mlekiem 250ml(1,2)	Sól (g) -7,70 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny (2) 100g	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 250ml (1,2,8) Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynkowa 30g (3,6,7) Sałata, Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2) Mandarynka 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2119,21 Białko (g) -84,59 Tłuszcze (g) -67,31 - w tym tł. nasycone (g) -29,82
OBIAD	Zupa ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 200g (1,2,3) Ryż 200g Surówka z kapusty pekińskiej 100g	Węglowodany ogółem (g) -322,90 - w tym cukry (g) -46,11 Błonnik (g) -32,23
KOLACJA	Sałatka jarzynowa 140g (3,6,7,8) Ser Favita 40g (2) Sałata Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) kawa z mlekiem 250ml(1,2)	Sól (g)-6,87 (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	

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 250ml (1,2,8) Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynkowa 30g (3,6,7) Sałata, Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2) Mandarynka 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2494,88 Białko (g) -100,68 Tłuszcze (g) -80,97 - w tym tł. nasycone (g) -37,37
OBIAD	Zupa ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 200g (1,2,3) Ryż 200g Surówka z kapusty pekińskiej 100g	Węglowodany ogółem (g) -372,43 - w tym cukry (g) -61,8 Błonnik (g) -34,96
KOLACJA	Sałatka jarzynowa 140g (3,6,7,8) szynka prasowana 30g (3,6,7) Ser Favita 40g (2) Sałata Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) kawa z mlekiem 250ml(1,2)	Sól (g) -7,45 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Ciasto (1,2,8), jogurt naturalny 150g (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	

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 250ml (1,2,8) Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynkowa 30g (3,6,7) Sałata, Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2) Mandarynka 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2121,97 Białko (g) -83,59 Tłuszcze (g) -62,29 - w tym tł. nasycone (g) -29,16
OBIAD	Zupa ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa gotowana ze szpinakiem 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona z marchewką 120g	Węglowodany ogółem (g) -328,94 - w tym cukry (g) -45,33 Błonnik (g) -25,66
KOLACJA	Serek Favita 40g (2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Jabłko pieczone 150g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) kawa z mlekiem 250ml (1,2)	Sól (g) -6,80 (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	

ŚNIADANIE	Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynkowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2) Mandarynka 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2157,12 Białko (g) -96,74 Tłuszcze (g) -71,15 - w tym tł. nasycone (g) -33,48
OBIAD	Zupa ziemniaczana 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa gotowana ze szpinakiem 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona z marchewką 120g buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -308,24 - w tym cukry (g) -42,76 Błonnik (g) -28,69
KOLACJA	Serek Favita 40g (2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) kawa z mlekiem 250ml (1,2)	Sól (g) -7,42 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany bez laktozy (2) 150g	
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 11.02.2026
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) ½ jajka (8) Szynka prasowana 30g (1,3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 177,42 Białko (g) –88,40 Tłuszcze (g) –72,24 - w tym tł. nasycone (g) –30,60
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Placki drobiowe z warzywami i soczewicą 100g (1,2,3,8) Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 120g	Węglowodany ogółem (g) –331,21 - w tym cukry (g) –50,79 Błonnik (g) –40,88
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 80g (6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g)-6,78 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (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 11.02.2026
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) ½ jajka (8) Szynka prasowana 30g (1,3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2414,53 Białko (g) –95,41 Tłuszcze (g) –79,30 - w tym tł. nasycone (g) –31,27
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Placki drobiowe z warzywami i soczewicą 100g (1,2,3,8) Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 120g	Węglowodany ogółem (g) –369,61 - w tym cukry (g) –51,18 Błonnik (g) –43,25
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 80g (6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,79 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Sałatka makaronowa z suszonymi pomidorami i szpinakiem (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (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 11.02.2026
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) ½ jajka (8) Szynka prasowana 30g (1,3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2150,58 Białko (g) –89,32 Tłuszcze (g) –71,50 - w tym tł. nasycone (g) –33,14
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Kurczak gotowany 120g Sos potrawkowy 100g (1,2) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 120g (1,2)	Węglowodany ogółem (g) –318,58 - w tym cukry (g) –49,75 Błonnik (g) –34,01
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 80g (6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) –6,69 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (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 11.02.2026
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 250ml (1,2) 1sz. jajko (8) Szynka prasowana 30g (1,3,6,7) Sałata Pomarańcza 150g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2092,43 Białko (g) –91,94 Tłuszcze (g) –73,31 - w tym tł. nasycone (g) –33,62
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Kurczak gotowany 120g Sos potrawkowy 100g (1,2) Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 120g	Węglowodany ogółem (g) –296,52 - w tym cukry (g) –33,43 Błonnik (g) –32,90
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 80g (6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) –6,80 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 250ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (1,3,6,7) Serek Deliser 17,5g (2) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2267,66 Białko (g) -94,257 Tłuszcze (g) -75,72 - w tym tł. nasycone (g) -32,05
OBIAD	Brokułowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Gulasz drobiowy z cukinią 200g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraczki 120g Sok owocowy 200ml	Węglowodany ogółem (g) -330,08 - w tym cukry (g) -52,2 Błonnik (g) -30,57
KOLACJA	Pasta z makreli z ryżem i szczypiorkiem 70g (6,7,8,9) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata, ogórek 50g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	Sól (g)-7,35 (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	

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 250ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (1,3,6,7) Serek Deliser 17,5g (2) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 420,23 Białko (g) -96,34 Tłuszcze (g) -78,59 - w tym tł. nasycone (g) -36,82
OBIAD	Brokułowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Gulasz drobiowy z cukinią 200g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraczki 120g Sok owocowy 200ml	Węglowodany ogółem (g) -360,67 - w tym cukry (g) -56,79 Błonnik (g) -31,78
KOLACJA	Pasta z makreli z ryżem i szczypiorkiem 70g (6,7,8,9) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata, ogórek 50g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	Sól (g) -7,19 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Kanapka z serkiem i warzywami (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	JOGURT OWOCOWY 150G (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemni, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 250ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (1,3,6,7) Serek Deliser 17,5g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 146,40 Białko (g) -81,52 Tłuszcze (g) -64,84 - w tym tł. nasycone (g) -29,20 Węglowodany ogółem (g) -334,59 - w tym cukry (g) -58,57 Błonnik (g) -28,63 Sól (g) -6,54 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Brokułowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Gulasz drobiowy z cukinią 200g (1,2) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraczki 120g Sok owocowy 200ml	
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (6,7,8,9) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata Mandarynka 150g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1)	
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 12.02.2026 D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Serek bez laktozy 150g (2) Szynka śniadaniowa 30g (1,3,6,7) Serek Deliser 17,5g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2) Jabłko 150g	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 063,15 Białko (g) -92,57 Tłuszcze (g) -67,24 - w tym tł. nasycone (g) -30,54 Węglowodany ogółem (g) -300,00 - w tym cukry (g) -46,96 Błonnik (g) -30,53 Sól (g) -7,07 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Brokułowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Gulasz drobiowy z cukinią 200g (1,2,3) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraczki 120g	
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (6,7,8,9) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata Mandarynka 150g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1)	
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	

ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (2) Twaróg z oliwkami i pietruszką 50g (2) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata, papryka 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2116,87 Białko (g) –88,90 Tłuszcze (g) –69,20 - w tym tł. nasycone (g) –32,87
OBIAD	Marchwiowa z soczewica i makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Klopsiki rybne duszone 90g (1,2,8,9) Sos pomidorowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Duszone zielone warzywa 120g (3)	Węglowodany ogółem (g) – 317,25 - w tym cukry (g) – 36,56 Błonnik (g) –35,47
KOLACJA	Jajko (8) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 120g (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	

ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (2) Twaróg z oliwkami i pietruszką 50g (2) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata, papryka 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 400,67 Białko (g) – 100,06 Tłuszcze (g) – 80,25 - w tym tł. nasycone (g) –37,29 Węglowodany ogółem (g) –355,92 - w tym cukry (g) –47,41 Błonnik (g) –39,39 Sól (g) -7,11 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Marchwiowa z soczewica i makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Klopsiki rybne duszone 90g (1,2,8,9) Sos pomidorowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Duszone zielone warzywa 120g (3)	
KOLACJA	Jajko (8) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Herbata	
PODWIECZOREK	Owsianka z truskawkami i bakaliami 250g (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	

ŚNIADANIE	Ryż na mleku 250ml (1) Twaróg z pietruszką 50g (2) Kanapkowa 30g (1,3,6,7) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 030,07 Białko (g) –84,15 Tłuszcze (g) –65,44 - w tym tł. nasycone (g) –32,38
OBIAD	Marchwiowa z soczewica i makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Klopsiki rybne duszone 90g (1,2,8,9) Sos pomidorowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Duszone zielone warzywa 120g (3)	Węglowodany ogółem (g) –300,70 - w tym cukry (g) –33,36 Błonnik (g) –27,42
KOLACJA	½ jajka (8) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Herbata	Sól (g) –6,66 (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 13.02.2026 D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Twaróg z pietruszką 50g (2) Kanapkowa 50g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 108,94 Białko (g) –96,65 Tłuszcze (g) –71,24 - w tym tł. nasycone (g) –35,00 Węglowodany ogółem (g) –294,62 - w tym cukry (g) –39,42 Błonnik (g) –27,24
OBIAD	Marchwiowa z soczewica i makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Klopsiki rybne duszone 90g (1,2,8,9) Sos pomidorowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Duszone zielone warzywa 120g (3)	Sól (g) –7,08 (w tym sól dodana 2g)
KOLACJA	Jajko (8) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Herbata	
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 14.02.2026
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynkowa 40g (1,3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 197,35 Białko (g) –93,51 Tłuszcze (g) –73,10 - w tym tł. nasycone (g) –36,96 Węglowodany ogółem (g) –322,50 - w tym cukry (g) –45,99 Błonnik (g) –33,69 Sól (g)-3,34 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Bitki drobiowe 90g Sos własny 100g (1,2,3) Kasza gryczana 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (1,3,6,7) Ser żółty 30g (2) Sałata, pomidor 50g Banan 150g Masło 20g (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 14.02.2026
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynkowa 40g (1,3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2 410,78 Białko (g) –101,33 Tłuszcze (g) –79,08 - w tym tł. nasycone (g) –40,21 Węglowodany ogółem (g) –354,33 - w tym cukry (g) –57,08 Błonnik (g) –33,73 Sól (g) -3,44 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Bitki drobiowe 90g Sos własny 100g (1,2,3) Kasza gryczana 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (1,3,6,7) Ser żółty 30g (2) Sałata, pomidor 50g Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
PODWIECZOREK	Ciasto (1,2,8) Jogurt naturalny 100g (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	

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynkowa 40g (1,2,3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 050,38 Białko (g) -78,76 Tłuszcze (g) -62,83 - w tym tł. nasycone (g) -31,06 Węglowodany ogółem (g) -316,67 - w tym cukry (g) -46,38 Błonnik (g) -27,14 Sól (g) -6,96 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Bitki drobiowe 90g Sos własny 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (1,3,7,6) Serek Deliser 17,5g (2) Sałata, Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 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	

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 250ml (1,2) Szynkowa 40g (1,3,6,7) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 007,42 Białko (g) -89,22 Tłuszcze (g) -66,81 - w tym tł. nasycone (g) -33,29 Węglowodany ogółem (g) -291,63 - w tym cukry (g) -39,96 Błonnik (g) -32,03 Sól (g) -7,80 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Bitki drobiowe 90g Sos własny 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g Surówka z marchwi 100g	
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (1,3,7,6) Serek Deliser 17,5g (2) Sałata Jogurt naturalny 150 g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
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	