



JADŁOSPIS 09-15.06.2025

Dieta podstawowa

poniedziałek (2025-06-09)	wtorek (2025-06-10)	środa (2025-06-11)	czwartek (2025-06-12)	piątek (2025-06-13)	sobota (2025-06-14)	niedziela (2025-06-15)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml, otręby 4g	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml
Bułka pszenna zwykła 1 szt. Bułka graham 1 szt.	Rogal 1 szt.	Bułka pszenna zwykła 1 szt. Chleb razowy 70g	Bułka pszenna zwykła 1 szt. Bułka graham 1 szt.	Bułka pszenna zwykła 1 szt. Bułka graham 1 szt.	Bułka pszenna zwykła 1 szt. Bułka graham 1 szt.	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g
Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g
Kiełbasa żywiecka 50g Papryka św. 100g Rukola	Dżem 1 szt. Twaróg 1 szt. Sałata	Jajecznica ze szczypiorkiem 100g Szpinak świeży	Parówki wieprzowe 2 szt. Pomidor 1 szt. Sałata	Ser biały z suszonymi pomidorami Sałata	Polędwica sopočka 50g Ogórek konserwowy 80g Sałata	Szynka z fileta 50g Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa kapuśniak 350ml	Zupa kalafiorowa 350 ml	Krem paprykowy 350ml	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakiem 350ml	Barszcz czerwony z makaronem 350ml	Zupa ziemniaczana 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350ml
Udko pieczone 1 szt.	Sos boloński z zielonym groszkiem 160g	Bitka schabowa 75g w sosie własnym 150g	Leczo paprykowo-pieczarkowe 200g	Kotlet rybny 100g	Gulasz drobiowo – warzywny 180g	Kotlet schabowy 100g
Ziemniaki gotowane 240g Bukiet warzyw 200g	Makaron 200g	Ziemniaki gotowane 240g Surówka z kapusty pekińskiej 150g	Ryż brązowy 200g	Ziemniaki gotowane 240g Marchewka z groszkiem 150g	Kasza jęczmienna 200g	Ziemniaki gotowane 240g Kalafior gotowany 200g

Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Bio herbatniki 1 p.	Banan 1 szt.	Budyń 200g	Gruszka 1 szt.	Kiwi 1 szt.	Deser owocowy 1 szt.	Mandarynki 2 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml	Herbata z cukrem 250ml	Herbata z cukrem 250ml	Herbata z cukrem 250ml	Herbata z cukrem 250ml	Herbata z cukrem 250ml	Herbata z cukrem 250ml
Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g	Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g
Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g
Salatka jarzynowa 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Ogórek konserwowy 80g Sałata	Paprykarz 120g Sałata	Szynka konserwowa 50g Ogórek św. 50g Sałata	Jajko got. 2 szt. Papryka św. 100g Sałata	Ser grani 200g Rzodkiewka 50g Sałata	Szynka gotowana 50g Piecarki kons. 40g Sałata
II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja
Maślanka owocowa 1 szt.	Sok jabłkowy 1 szt.	Wafle ryżowe 1 paczka	Jogurt owocowy pitny skyr 1 szt.	Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Batonik owocowy 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2875 kcal Tłuszcz 100,31g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,66g Węglowodany 400,56g W tym cukry 242,48g Białko 106,46g Błonnik 33,63g Sól 5,30g	Energia 2336 kcal Tłuszcz 75,04g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,40g Węglowodany 344,27g W tym cukry 242,52g Białko 81,66g Błonnik 24,63g Sól 4,29g	Energia 2484 kcal Tłuszcz 97,01g Kw. Tłusz. Nasyc. 27,59g Węglowodany 321,73g W tym cukry 269,24g Białko 94,61g Błonnik 28,60g Sól 3,97g	Energia 2528 kcal Tłuszcz 94,63g Kw. Tłusz. Nasyc. 33,15g Węglowodany 341,87g W tym cukry 264,03g Białko 96,28g Błonnik 37,95g Sól 4,99g	Energia 2601 kcal Tłuszcz 91,09g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,96g Węglowodany 358g W tym cukry 310,57g Białko 107,28g Błonnik 38,33g Sól 4,51g	Energia 2523kcal Tłuszcz 79,54g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,37g Węglowodany 349,12g W tym cukry 299,68g Białko 114,63g Błonnik 28,3g Sól 5,88g	Energia 2197 kcal Tłuszcz 77,43g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,47g Węglowodany 294,35g W tym cukry 259,11g Białko 95,61g Błonnik 32,01g Sól 5,8g
Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja, Jaja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja, Jaja

Szczegółowy wykaz alergenów dostępny na oddziałach. Sekcja Żywnienia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie. Pacjent ma stały dostęp do wody pitnej, na wszystkich oddziałach znajdują się dystrybutory z systemem filtrów wody.

Dieta łatwostrawna

[illegible]

Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g
Salátka jarzynowa dietetyczna 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Paprykarz dietetyczny 120g Sałata	Szynka konserwowa 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Pasta z pieczonych warzyw 60g Sałata	Ser grani 200g Pomidor ½ szt. Sałata	Szynka gotowana 50g Pomidor ½ szt. Sałata
II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja
Maślanka owocowa 1 szt.	Sok jabłkowy 1 szt.	Wafle ryżowe 1 paczka	Jogurt owocowy pitny skyr 1 szt.	Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Andruty 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2711 kcal Tłuszcz 95,88g Kw. Tłusz. Nasy. 30,21g Węglowodany 366,18g W tym cukry 219,38g Białko 103,6g Błonnik 18,71g Sól 3,5g	Energia 2201 kcal Tłuszcz 62,11g Kw. Tłusz. Nasy. 24,78g Węglowodany 334,53g W tym cukry 260,25g Białko 86,41g Błonnik 18,70g Sól 3,57g	Energia 2384 kcal Tłuszcz 79,81g Kw. Tłusz. Nasy. 28,57g Węglowodany 333,81g W tym cukry 273,06g Białko 92,72g Błonnik 18,98g Sól 3,33g	Energia 2305 kcal Tłuszcz 73,12g Kw. Tłusz. Nasy. 26,06g Węglowodany 322,62g W tym cukry 253,68g Białko 96,87g Błonnik 20,75g Sól 2,85g	Energia 2246 kcal Tłuszcz 55,58g Kw. Tłusz. Nasy. 22,31g Węglowodany 349,15g W tym cukry 282,61g Białko 99,65g Błonnik 29,5g Sól 3,66g	Energia 2341 kcal Tłuszcz 77,54g Kw. Tłusz. Nasy. 25,96g Węglowodany 308,5g W tym cukry 266,09g Białko 111,23g Błonnik 17,99g Sól 3,55g	Energia 1881 kcal Tłuszcz 55,87g Kw. Tłusz. Nasy. 24,58g Węglowodany 254,19g W tym cukry 229,81g Białko 101,38g Błonnik 21,49g Sól 5g
Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja, Ryby, Jaja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja

Szczegółowy wykaz alergenów dostępny na oddziałach. Sekcja Żywienia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie. Pacjent ma stały dostęp do wody pitnej, na wszystkich oddziałach znajdują się dystrybutory z systemem filtrów wody.

Dieta cukrzycowa

[illegible]

Sałatka jarzynowa dietetyczna 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Ogórek konserwowy 80g Sałata	Paprykarz 120g Sałata	Szynka konserwowa 50g Ogórek św. 50g Sałata	Pasta z pieczonych warzyw 60g Sałata	Ser grani 200g Rzodkiewka 50g Sałata	Szynka gotowana 50g Pieczarki kons. 40g Sałata
II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja
Maślanka naturalna 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Wafle ryżowe 1 p.	Jogurt naturalny 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Batonik owocowy 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2382 kcal Tłuszcz 82,74g Kw. Tłusz. Nasy. 30,32g Węglowodany 331,69g W tym cukry 248,38g Białko 99,83g Błonnik 42,92g Sól 6,73g	Energia 2157 kcal Tłuszcz 66,09g Kw. Tłusz. Nasy. 26,41g Węglowodany 313,74g W tym cukry 193,69g Białko 97,56g Błonnik 49,71g Sól 6,44g	Energia 2555 kcal Tłuszcz 93,41g Kw. Tłusz. Nasy. 27,35g Węglowodany 349,71g W tym cukry 275,81g Białko 98,10g Błonnik 41,33g Sól 4,81g	Energia 2250 kcal Tłuszcz 75,09g Kw. Tłusz. Nasy. 25,48g Węglowodany 330,47g W tym cukry 275,89g Białko 85,18g Błonnik 47,1g Sól 4,17g	Energia 2270 kcal Tłuszcz 61,18g Kw. Tłusz. Nasy. 23,29g Węglowodany 356,53g W tym cukry 294,41g Białko 99,27g Błonnik 53,79g Sól 6,44g	Energia 2356 kcal Tłuszcz 76,02g Kw. Tłusz. Nasy. 23,74g Węglowodany 332,56g W tym cukry 271,87g Białko 103,26g Błonnik 40,53g Sól 5,05g	Energia 2021 kcal Tłuszcz 57,95g Kw. Tłusz. Nasy. 24,85g Węglowodany 289,48g W tym cukry 247,79g Białko 104,04g Błonnik 38,44g Sól 6,35g
Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja, Jaja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja

Szczegółowy wykaz alergenów dostępny na oddziałach. Sekcja Żywienia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie. Pacjent ma stały dostęp do wody pitnej, na wszystkich oddziałach znajdują się dystrybutory z systemem filtrów wody.