



JADŁOSPIS 08-14.09.2025

Dieta podstawowa

poniedziałek (2025-09-08)	wtorek (2025-09-09)	środa (2025-09-10)	czwartek (2025-09-11)	piątek (2025-09-12)	sobota (2025-09-13)	niedziela (2025-09-14)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250 ml
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.	Bułka pszenna zwykła 1 szt. Bułka graham 1 szt.	Paluch mleczny 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
Parówki wieprzowe 2 szt., Ketchup Pomidor 1 szt. Kiełki rzodkiewki	Ser topiony 3 szt. Papryka kons. 40g Sałata	Schab gotowany 50g Pomidor ½ szt. Rukola	Dżem 2 szt. Ser twarogowy 2 szt. Sałata	Jajko gotowane 2 szt. Papryka św. 100g Kiełki słonecznika	Polędwica z indyka 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Ser żółty 50g Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa selerowa z grzankami 350ml	Zupa z kalarepy 350ml	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml	Zupa ogórkowa 350ml	Rosół z makaronem 350ml
Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g	Naleśniki z serem i owocami 300g	Kotlet mielony 100g	Mieszanka chińska z filetem drobiowym 200g	Ryba smażona 130g	Twaróg ze śmietaną i koperkiem 160g	Schab duszony 50g w sosie 150g
Ziemniaki gotowane 240g		Ziemniaki gotowane 240g	Ryż brązowy 200g	Ziemniaki gotowane 240g	Ziemniaki gotowane 240g	Kasza jęczmienna 200g
Szpinak duszony 150g		Mizeria 150g		Surówka z kapusty kiszzonej 150g	Jabłko 1 szt.	Buraki 180g

Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Kiwi 1 szt.	Maliny 125g	Banan 1 szt.	Batonik owocowy 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Deser owocowy 1 szt.	Brzoskwinia 1 szt.
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
Twaróg 100g Ogórek św. 50g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Sałatka z makaronu i tuńczyka 150g Sałata	Szynka drobiowa 50g Papryka św. 100g Sałata	Twaróg wędzony 140g Ogórek św. 50g Sałata	Szynka konserwowa 50g Papryka konserwowa 40g Sałata	Szynka gotowana 50g Pomidor ½ szt. Sałata
II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja
Skyr owocowy pitny 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt.	Wafle ryżowe 30g	Maślanka owocowa 1 szt.	Wafle kukurydziane 20g	Sok owocowy 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2385 kcal Tłuszcz 76,33g Kw. Tłusz. Nasyc. 33,03g Węglowodany 333,79 W tym cukry 244,7g Białko 109,69 Błonnik 35,87g Sól 4,98g	Energia 2494 kcal Tłuszcz 92,19g Kw. Tłusz. Nasyc. 32,8g Węglowodany 340,68g W tym cukry 287,95g Białko 93,48g Błonnik 34,56g Sól 6,19g	Energia 2467 kcal Tłuszcz 80,18g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,66g Węglowodany 356,98g W tym cukry 317,86g Białko 94,82g Błonnik 31,18g Sól 4,61g	Energia 2538 kcal Tłuszcz 80,94g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,05g Węglowodany 376,44g W tym cukry 296,05g Białko 90,21g Błonnik 28,68g Sól 3,5g	Energia 2931 kcal Tłuszcz 124,12g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,17g Węglowodany 344,51g W tym cukry 259,18g Białko 121,28g Błonnik 32,91g Sól 7,1g	Energia 2348 kcal Tłuszcz 76,63g Kw. Tłusz. Nasyc. 37,68g Węglowodany 318,05g W tym cukry 268,93g Białko 109,21g Błonnik 27,67g Sól 6,29g	Energia 2089 kcal Tłuszcz 60,02g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,61g Węglowodany 319,92g W tym cukry 252,62g Białko 86,02g Błonnik 38,03g 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, 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, 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.

[illegible]

Chleb pszenny (kawiorek) 80g	Chleb pszenny (kawiorek) 80g	Chleb pszenny (kawiorek) 80g	Chleb pszenny (kawiorek) 80g	Chleb pszenny (kawiorek) 80g	Chleb pszenny (kawiorek) 80g	Chleb pszenny (kawiorek) 80g
Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g
Twaróg 100g Pomidor ½ szt. Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Sałatka z makaronu i wędliny 150g Sałata	Szynka drobiowa 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Sałatka z pomidorów 180g Sałata	Szynka konserwowa 50g 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
Skyr owocowy pitny 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt.	Wafle ryżowe 30g	Maślanka owocowa 1 szt.	Wafle kukurydziane 20g	Sok owocowy 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2401 kcal Tłuszcz 76,12g Kw. Tłusz. Nasyc. 32,72g Węglowodany 330,71g W tym cukry 218,42g Białko 111,31g Błonnik 26,08g Sól 4,22g	Energia 2135 kcal Tłuszcz 69,56g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,58g Węglowodany 290,5g W tym cukry 215,12g Białko 98,59g Błonnik 21,48g Sól 5,27g	Energia 2153 kcal Tłuszcz 61,61g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,33g Węglowodany 322,88g W tym cukry 294,16g Białko 87,7g Błonnik 21,92g Sól 3,3g	Energia 2255 kcal Tłuszcz 68,88g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,32g Węglowodany 335,18g W tym cukry 279,25g Białko 81,01g Błonnik 16,58g Sól 2,75g	Energia 2434 kcal Tłuszcz 64,56g Kw. Tłusz. Nasyc. 19,27g Węglowodany 369,63g W tym cukry 295,02g Białko 102,19g Błonnik 22,39g Sól 2,65g	Energia 2368 kcal Tłuszcz 81,34g Kw. Tłusz. Nasyc. 39,11g Węglowodany 300,25g W tym cukry 268,52g Białko 118,37g Błonnik 19,68g Sól 5,87g	Energia 2321 kcal Tłuszcz 72,3g Kw. Tłusz. Nasyc. 30,54g Węglowodany 332,21g W tym cukry 201,85g Białko 95,67g Błonnik 27,12g Sól 2,75g
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, 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, 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.

Dieta cukrzycowa

poniedziałek (2025-09-08)	wtorek (2025-09-09)	środa (2025-09-10)	czwartek (2025-09-11)	piątek (2025-09-12)	sobota (2025-09-13)	niedziela (2025-09-14)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Parówki wieprzowe 2 szt. Pomidor 1 szt. Kiełki rzodkiewki	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Ser topiony 3 szt. Papryka kons. 40g Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Schab gotowany 50g Pomidor ½ szt. Rukola	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Ser twarożek 2 szt. Rybki 1/2p. Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Jajko gotowane 2 szt. Papryka św. 100g Kiełki słonecznika	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Polędwica z indyka 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Ser żółty 50g Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa selerowa 350ml Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g Ziemniaki gotowane 240g Szpinak duszony 150g	Zupa wiedeńska 350ml Mięso od szynki duszone 80g w sosie chrzanowym 150g Ziemniaki gotowane 240g Surówka z kapusty pekińskiej 150g	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml Pulpet gotowany 100g w sosie pomidorowym 150g Ziemniaki gotowane 240g Cukinia pieczona 150g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml Mieszanek chińska z filetem drobiowym 200g Ryż brązowy 200g	Zupa neapolitańska z makaronem 350ml Ryba gotowana 110g w sosie pietruszkowym 150g Ziemniaki gotowane 240g Surówka z kapusty kiszzonej 150g	Zupa ogórkowa 350ml Twaróg ze śmietaną i koperkiem 160g Ziemniaki gotowane 240g Jabłko 1 szt.	Rosół z makaronem 350ml Schab duszony 50g w sosie 150g Kasza jęczmienna 200g Buraki 180g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Kiwi 1 szt.	Maliny 125g	Grapefruit ½ szt.	Ciastko b/cukru 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt.	Brzoskwinia 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Twaróg 100g Ogórek św. 50g Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Sałatka z makaronu razowego i tuńczyka 150g Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Szynka drobiowa 50g Papryka św. 100g Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Twaróg wędzony 140g Ogórek św. 50g Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Szynka konserwowa 50g Papryka konserwowa 40g	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Szynka gotowana 50g Pomidor ½ szt. Sałata

					Salata	
II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja	II Kolacja
Kefir 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Kefir 1 szt.	Wafle ryżowe 30g	Maślanka naturalna 1 szt.	Wafle kukurydziane 20g	Sok pomidorowy 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2101 kcal Tłuszcz 75,57g Kw. Tłusz. Nasyc. 31,73g Węglowodany 288,63g W tym cukry 222,38g Białko 90,05g Błonnik 44,04g Sól 4,7g	Energia 2100 kcal Tłuszcz 76,61g Kw. Tłusz. Nasyc. 30,49g Węglowodany 283,46g W tym cukry 227,28g Białko 93,21g Błonnik 50,3g Sól 6,8g	Energia 2152 kcal Tłuszcz 64,15g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,58g Węglowodany 322,7g W tym cukry 248,01g Białko 91,28g Błonnik 45,44g Sól 4,84g	Energia 2665 kcal Tłuszcz 107,5g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,5g Węglowodany 335,8g W tym cukry 250,86g Białko 101,65g Błonnik 52,41g Sól 4,76g	Energia 2409 kcal Tłuszcz 88,91g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,27g Węglowodany 305,37g W tym cukry 239,34g Białko 115g Błonnik 40,8g Sól 7,54g	Energia 2174 kcal Tłuszcz 72,65g Kw. Tłusz. Nasyc. 34,97g Węglowodany 298,2g W tym cukry 239,63g Białko 99,1g Błonnik 38,10g Sól 6,99g	Energia 2164 kcal Tłuszcz 65,38g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,37g Węglowodany 317,78g W tym cukry 269,90g Białko 98,73g Błonnik 44,99g Sól 7,76g
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, Jaja, Gluten, Seler, Soja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, Soja, Ryby, Orzechy	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, 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.