



JADŁOSPIS 22-28.09.2025

Dieta podstawowa

poniedziałek (2025-09-22)	wtorek (2025-09-23)	środa (2025-09-24)	czwartek (2025-09-25)	piątek (2025-09-26)	sobota (2025-09-27)	niedziela (2025-09-28)
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 250 ml	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	Paprykarz 120g Szpinak świeży	Kiełbaski 2 szt. Pomidor 1 szt. Sałata	Jajecznica ze szczypiorkiem 100g Roszponka	Polędwica sopocka 50g Ogórek konserwowy 80g Sałata	Szynka z fileta 50g Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa kapuśniak 350 ml	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 z cukinią i filetem drobiowym 200g	Kotlet rybny 130g	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.	Winogrono 150g.	Deser owocowy 1 szt.	Arbuz 250g
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 Pomidor 1 szt. Sałata	Jajko got. 2 szt. Ogórek kiszony 80g Sałata	Szynka konserwowa 50g Ogórek św. 50g Sałata	Ser biały z suszonymi pomidorami 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 5,3g	Energia 2321 kcal Tłuszcz 78,47g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,04g Węglowodany 340,28g W tym cukry 237,31g Białko 74,94g Błonnik 25,59g Sól 4,25g	Energia 2437 kcal Tłuszcz 91,13g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,28g Węglowodany 323,3g W tym cukry 269,12g Białko 94,64g Błonnik 29,43g Sól 3,95g	Energia 2466 kcal Tłuszcz 86,27g Kw. Tłusz. Nasyc. 30g Węglowodany 345g W tym cukry 267,29g Białko 96,84g Błonnik 37,82g Sól 3,58g	Energia 2684 kcal Tłuszcz 96,53g Kw. Tłusz. Nasyc. 27,22g Węglowodany 366,92g W tym cukry 320,8g Białko 106,24g Błonnik 37,03g Sól 4,52g	Energia 2532 kcal Tłuszcz 79,54g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,36g Węglowodany 352,08g W tym cukry 302,88g Białko 114,07g Błonnik 28,06g Sól 5,25g	Energia 2228 kcal Tłuszcz 77,42g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,44g Węglowodany 300,79g W tym cukry 267,27g Białko 96,33g Błonnik 30,29g Sól 5,81g
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	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny: Mleko, Gluten, Seler, 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, 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, Jaja

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 łatwostrawna

poniedziałek (2025-09-22)	wtorek (2025-09-23)	środa (2025-09-24)	czwartek (2025-09-25)	piątek (2025-09-26)	sobota (2025-09-27)	niedziela (2025-09-28)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml, płatki kukurydziane 5g	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml
Bułka pszenna zwykła 2 szt	Bułka pszenna zwykła 2 szt.	Bułka pszenna zwykła 2 szt.	Bułka pszenna zwykła 2 szt.	Bułka pszenna zwykła 2 szt.	Bułka pszenna zwykła 2 szt.	Chleb pszenny (kawiorek) 80g
Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g	Masło 15g
Parówki drobiowe 2 szt.	Dżem 1 szt.	Paprykarz dietetyczny 120g	Szynka wieprzowa 50g	Ser biały 120g	Polędwica sopocka 50g	Szynka z fileta 50g
Pomidor ½ szt. Roszponka	Twaróg 1 szt. Sałata	Roszponka	Pomidor 1 szt. Sałata	Pomidor ½ szt. Roszponka	Pomidor ½ szt. Sałata	Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa wiedeńska 350 ml	Krem brokułowy z groszkiem ptysowym 350 ml	Zupa jarzynowa dietetyczna 350ml	Zupa krupnik 350 ml	Barszcz czerwony z makaronem 350ml	Zupa ziemniaczana 350ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml
Udko drobiowe gotowane 1 szt. w sosie 150g	Sos mięsno – pomidorowy 160g	Bitka schabowa 75 g w sosie 150g	Leczo z cukinią i filetem drobiowym 200g	Pulpet rybny 90g w sosie cytrynowym 150g	Gulasz drobiowo – warzywny 180g	Mięso od szynki duszone 80g w sosie 150g
Ziemniaki gotowane 240g	Makaron 200g	Ziemniaki gotowane 240g	Ryż 200g	Ziemniaki gotowane 240g	Kasza jęczmienna 200g	Ziemniaki gotowane 240g
Bukiet warzyw 200g		Surówka z kapusty pekińskiej 150g		Marchew gotowana 150g		Brokuły gotowane 200g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Bio herbatniki 1 p.	Banan 1 szt.	Budyń 200g	Wafitki 1 paczka	Tubka warzywna 1 szt.	Deser owocowy 1 szt.	Arbuz 250g

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 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
Salatka jarzynowa dietetyczna 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor 1 szt. Sałata	Ser biały z koperkiem 100g Pomidor 1 szt 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. Nasyc. 30,21g Węglowodany 366,18g W tym cukry 219,38g Białko 103,6g Błonnik 18,71g Sól 3,5g	Energia 2180 kcal Tłuszcz 65,54g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,42g Węglowodany 329,07g W tym cukry 252,72g Białko 79,23g Błonnik 19,66g Sól 3,51g	Energia 2364 kcal Tłuszcz 79,53g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,65g Węglowodany 330,45g W tym cukry 277,7g Białko 92,96g Błonnik 20,9g Sól 3,36g	Energia 2425 kcal Tłuszcz 74,03g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,06g Węglowodany 345,87g W tym cukry 253,68g Białko 101,42g Błonnik 20,71g Sól 2,85g	Energia 2131 kcal Tłuszcz 54,37g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,31g Węglowodany 327,4g W tym cukry 282,61g Białko 95,1g Błonnik 30,24g Sól 3,66g	Energia 2341 kcal Tłuszcz 77,54g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,96g Węglowodany 308,5g W tym cukry 266,09g Białko 111,23g Błonnik 17,99g Sól 3,55g	Energia 1886 kcal Tłuszcz 55,44g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,51g Węglowodany 254,62g W tym cukry 232,89g Białko 102,2g Błonnik 18,84g Sól 5g
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	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, 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.

Sałátka jarzynowa dietetyczna 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor 1 szt. Sałata	Jajko got. 2 szt. Ogórek kiszony 80g Sałata	Szynka konserwowa 50g Ogórek św. 50g Sałata	Ser biały z suszonymi pomidorami 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.	Ciastko b/cukru 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. Nasyc. 30,32g Węglowodany 331,69g W tym cukry 248,38g Białko 99,83g Błonnik 42,92g Sól 6,73g	Energia 2170 kcal Tłuszcz 72,95g Kw. Tłusz. Nasyc.23,66g Węglowodany 317,01g W tym cukry 194,63g Białko 83,1g Błonnik 50,67g Sól 6,36g	Energia 2483 kcal Tłuszcz 87,23g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,04g Węglowodany 346,32g W tym cukry 275,69g Białko 97,53g Błonnik 42,16g Sól 4,79g	Energia 2250 kcal Tłuszcz 75,09g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,48g Węglowodany 330,47g W tym cukry 275,89g Białko 85,18g Błonnik 47,1g Sól 4,17g	Energia 2373 kcal Tłuszcz 73,08g Kw. Tłusz. Nasyc. 27,36g Węglowodany 341,17g W tym cukry 275,65g Białko 108,2g Błonnik 47,7g Sól 6,48g	Energia 2343 kcal Tłuszcz 75,6g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,65g Węglowodany 330,44g W tym cukry 271,59g Białko 102,2g Błonnik 38,69g Sól 5,82g	Energia 2047 kcal Tłuszcz 58,37g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,89g Węglowodany 295,49g W tym cukry 252,87g Białko 103,94g Błonnik 39,37g Sól 6,36g
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	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, 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.