



JADŁOSPIS 13-19.10.2025

Dieta podstawowa

poniedziałek (2025-10-13)	wtorek (2025-10-14)	środa (2025-10-15)	czwartek (2025-10-16)	piątek (2025-10-17)	sobota (2025-10-18)	niedziela (2025-10-19)
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.	Paluch mleczny 1 szt. Bułka graham 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 Sałata	Dżem 1 szt. Twaróg 2 szt. Sałata	Paprykarz 120g Szpinak świeży	Kiełbaski 2 szt. Pomidor 1 szt. Sałata	Jajecznica ze szczypiorkiem 100g Sałata	Polędwica sopocka 50g Ogórek konserwowy 80g Mix sałat	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 Brokuły gotowane 200g

Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Bio herbatniki 1 p.	Banan 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt.	Gruszka 1 szt.	Winogrono 150g.	Deser owocowy 1 szt.	Jabłko 1 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 ziemniaczana z czerwoną fasolą 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor 1 szt. Rukola	Jajko got. 2 szt. Ogórek kiszony 80g Sałata	Szynka konserwowa 50g Ogórek św. 50g Sałata	Ser biały z suszonymi pomidorami Roszponka	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 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 2871 kcal Tłuszcz 100,31g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,71g Węglowodany 398,13g W tym cukry 239,91g Białko 106,17g Błonnik 30,81g Sól 4,92g	Energia 2436 kcal Tłuszcz 81,97g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,3g Węglowodany 358,23g W tym cukry 249,25g Białko 80,22g Błonnik 30,49g Sól 4,8g	Energia 2326 kcal Tłuszcz 90,35g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,68g Węglowodany 298,45g W tym cukry 243,82g Białko 93,3g Błonnik 29,82g Sól 3,87g	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 2236 kcal Tłuszcz 78,29g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,55g Węglowodany 301,97g W tym cukry 265,4g Białko 96,75g Błonnik 33,34g Sól 5,72g
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

[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
Salatka ziemniaczana 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor 1 szt. Rozponka	Ser biały z koperkiem 100g Pomidor 1 szt Sałata	Szynka konserwowa 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Pasta z pieczonych warzyw 60g Rozponka	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 2727 kcal Tłuszcz 97,08g Kw. Tłusz. Nasyc. 30,21g Węglowodany 377,8g W tym cukry 235,55g Białko 94,47g Błonnik 20,43g Sól 3,73g	Energia 2242 kcal Tłuszcz 71,24g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,42g Węglowodany 330,18g W tym cukry 252,72g Białko 80,76g Błonnik 19,66g Sól 3,51g	Energia 2186 kcal Tłuszcz 68,14g Kw. Tłusz. Nasyc.27,31g Węglowodany 312,74g W tym cukry 260,02g Białko 91,71g Błonnik 20,81g Sól 3,24g	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 1825 kcal Tłuszcz 53,08g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,24g Węglowodany 255,85g W tym cukry 231,06g Białko 92,44g Błonnik 21,09g Sól 4,94g
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.

Dieta cukrzycowa

[illegible]

Sałátka ziemniaczana 200g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor 1 szt. Rukola	Jajko got. 2 szt. Ogórek kiszony 80g Sałata	Szynka konserwowa 50g Ogórek św. 50g Sałata	Ser biały z suszonymi pomidorami Roszponka	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.	Maślanka naturalna 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 2388 kcal Tłuszcz 83,98g Kw. Tłusz. Nasyc. 30,37g Węglowodany 335,67g W tym cukry 256,27g Białko 92,68g Błonnik 38,88g Sól 6,66g	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 2400 kcal Tłuszcz 88,2g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,5g Węglowodany 321,57g W tym cukry 250,94g Białko 99,24g Błonnik 42,1g Sól 4,85g	Energia 2306 kcal Tłuszcz 77,09g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,46g Węglowodany 336,07g W tym cukry 263,49g Białko 89,38g Błonnik 47,1g Sól 3,85g	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 2460 kcal Tłuszcz 90,9g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,74g Węglowodany 312,29g W tym cukry 258,29g Białko 109,4g Błonnik 52,04g Sól 6,03g	Energia 1986 kcal Tłuszcz 55,54g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,55g Węglowodany 295,94g W tym cukry 253,11g Białko 94,96g Błonnik 39,58g Sól 6,3g
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

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.