



JADŁOSPIS 20-26.10.2025

Dieta podstawowa

poniedziałek (2025-10-20)	wtorek (2025-10-21)	środa (2025-10-22)	czwartek (2025-10-23)	piątek (2025-10-24)	sobota (2025-10-25)	niedziela (2025-10-26)
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 Parówki wieprzowe 2 szt., Ketchup Pomidor 1 szt. Sałata	Masło 15g Ser topiony 3 szt. Papryka kons. 40g Sałata	Masło 15g Schab gotowany 50g Pomidor ½ szt. Rukola	Masło 15g Dżem 2 szt. Ser twarożek 2 szt. Sałata	Masło 15g Jajko gotowane 2 szt. Papryka św. 100g Sałata	Masło 15g Polędwica z indyka 50g Pomidor ½ szt. Mix sałat	Masło 15g Ser żółty 50g Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Zupa grochowa 350ml	Zupa ogórkowa 350ml	Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słonecznikiem 350ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml	Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml	Rosół z makaronem 350ml

Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g	Bitka schabowa 75g w sosie własnym 150g	Kotlet mielony 100g	Mieszanka chcińska z filetem drobiowym 200g	Ryba smażona 130g	Twaróg ze śmietana i koperkiem 160g	Schab duszony 50g w sosie własnym 150g
Ziemniaki gotowane 240g	Ziemniaki gotowane 240g	Ziemniaki gotowane 240g	Ryż brązowy 200g	Ziemniaki gotowane 240g	Ziemniaki gotowane 240g	Kasza jęczmienna 200g
Szpinak duszony 150g	Surówka z kapusty modrej 150g	Buraki 180g		Surówka z kapusty kiszonej 150g	Jabłko 1 szt.	Buraki 180g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Kiwi 1 szt.	Śliwki 3 szt.	Banan 1 szt.	Batonik owocowy 1 szt.	Borówki 125g	Deser owocowy 1 szt.	Gruszka 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
Twaróg 100g Ogórek św. 50g Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Kiełki rzodkiewki	Sałatka z makaronu i tuńczyka 150g Mix sałat	Szynka drobiowa 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Twaróg wędzony 140g Ogórek św. 50g Kiełki słonecznika	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	Sok owocowy 1 szt.	Wafle kukurydziane 20g	Maślanka owocowa 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2586 kcal Tłuszcz 79,87g Kw. Tłusz. Nasyc. 32,33g Węglowodany 364,08g W tym cukry 267,99g Białko 124,68g Błonnik 42,86g	Energia 2242 kcal Tłuszcz 74,01g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,86g Węglowodany 322,32g W tym cukry 280,31g Białko 89,34g Błonnik 35,15g	Energia 2547 kcal Tłuszcz 79,91g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,54g Węglowodany 382,75g W tym cukry 337,45g Białko 93,11g Błonnik 39,23g	Energia 2521 kcal Tłuszcz 80,6g Kw. Tłusz. Nasyc. 20,99g Węglowodany 373,12g W tym cukry 293,77g Białko 89,63g Błonnik 27,64g	Energia 2764 kcal Tłuszcz 118,57g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,12g Węglowodany 331,68g W tym cukry 243,19g Białko 109,48g Błonnik 39,12g	Energia 2398 kcal Tłuszcz 77,13g Kw. Tłusz. Nasyc. 37,77g Węglowodany 328,64g W tym cukry 278,79g Białko 110,31g Błonnik 28,39g Sól 4,9g	Energia 2287 kcal Tłuszcz 65,79g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,64g Węglowodany 341,98g W tym cukry 260,61g Białko 97,95g Błonnik 33,3g

Sól 5,09g	Sól 7,57g	Sól 5,79g	Sól 3,51g	Sól 7,09g		Sól 5g
Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: Mleko, Jaja, Gluten, Seler, Soja, Ryby	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: Mleko, Gluten, Seler, Ryby, Jaja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: Mleko, Gluten, Seler, Soja	Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergen y: 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 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
Twaróg 100g Pomidor ½ szt. Sałata	Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Roszpodka	Sałotka z makaronu i wędliny 150g Roszpodka	Szynka drobiowa 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Sałotka z pomidorów 180g Roszpodka	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	Sok owocowy 1 szt.	Wafle kukurydziane 20g	Maślanka owocowa 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 2118 kcal Tłuszcz 61,34g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,91g Węglowodany 314,7g W tym cukry 238,55g Białko 89,45g Błonnik 22,26g Sól 5,34g	Energia 2171 kcal Tłuszcz 56,93g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,95g Węglowodany 341,42g W tym cukry 312,69g Białko 84,44g Błonnik 21,92g Sól 3,46g	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 2271 kcal Tłuszcz 58,89g Kw. Tłusz. Nasyc. 19,28g Węglowodany 356,70g W tym cukry 294,92g Białko 90,16g Błonnik 28,29g Sól 2,65g	Energia 2280 kcal Tłuszcz 75,42g Kw. Tłusz. Nasyc. 37,46g Węglowodany 301,17g W tym cukry 260,86g Białko 107,69g Błonnik 17,85g Sól 3,87g	Energia 2484 kcal Tłuszcz 77,97g Kw. Tłusz. Nasyc. 30,54g Węglowodany 345,07g W tym cukry 201,85g Białko 107,62g Błonnik 21,18g 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 (2025-10-20)	wtorek (2025-10-21)	środa (2025-10-22)	czwartek (2025-10-23)	piątek (2025-10-24)	sobota (2025-10-25)	niedziela (2025-10-26)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Parówki wieprzowe 2 szt. Pomidor 1 szt. Sałata	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 Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Polędwica z indyka 50g Pomidor ½ szt. Mix sałat	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 ryżowa 350ml Bitka schabowa 75g w sosie własnym 150g Ziemniaki gotowane 240g Surówka z kapusty modrej 150g	Zupa wiedeńska 350ml Pulpet gotowany 100g w sosie pomidorowym 150g Ziemniaki gotowane 240g Buraki 180g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml Mieszanek chłrska z filetem drobiowym 200g Ryż brązowy 200g	Zupa koperkowa z makaronem 350ml Ryba gotowana 110g w sosie cytrynowym 150g Ziemniaki gotowane 240g Surówka z kapusty kiszanej 150g	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml Twaróg ze śmietana i koperkiem 160g Ziemniaki gotowane 240g Jabłko 1 szt.	Rosół z makaronem 350ml Schab duszony 50g w sosie własnym 150g Kasza jęczmienna 200g Buraki 180g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Kiwi 1 szt.	Śliwki 3 szt.	Grapefruit ½ szt.	Ciastko b/cukru 1 szt.	Borówki 125g	Jogurt naturalny 1 szt.	Gruszka 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. Kiełki rzodkiewki	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Sałatka z makaronu razowego i tuńczyka 150g Mix sałat	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Szynka drobiowa 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Twaróg wędzony 140g Ogórek św. 50g Kiełki słonecznika	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.	Jogurt naturalny 1 szt.	Wafle ryżowe 30g	Sok pomidorowy 1 szt.	Wafle kukurydziane 20g	Maślanka naturalna 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 2133 kcal Tłuszcz 70,5g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,53g Węglowodany 311,18g W tym cukry 260,75g Białko 85,12g Błonnik 44,54g Sól 6,62g	Energia 2135 kcal Tłuszcz 59,7g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,25g Węglowodany 330,02g W tym cukry 255,05g Białko 89,94g Błonnik 45,71g Sól 5,24g	Energia 2648 kcal Tłuszcz 107,16g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,44g Węglowodany 332,48g W tym cukry 248,58g Białko 101,07g Błonnik 51,37g Sól 4,77g	Energia 2288 kcal Tłuszcz 83,69g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,04g Węglowodany 299,87g W tym cukry 232,16g Białko 104,91g Błonnik 44,66g Sól 9,12g	Energia 2224 kcal Tłuszcz 73,15g Kw. Tłusz. Nasyc. 35,06g Węglowodany 308,79g W tym cukry 249,49g Białko 100,2g Błonnik 38,82g Sól 5,6g	Energia 2316 kcal Tłuszcz 70,82g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,59g Węglowodany 332,44g W tym cukry 268,98g Białko 108,87g Błonnik 42,57g Sól 6,17g
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.