



JADŁOSPIS – 20.02-01.03.2026

Piątek (2026-02-20)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 200 ml Bułka pszenna zwykła 1 szt. Chleb razowy 70g Masło 15g Jajecznica ze szczypiorkiem smażona 100g Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Bułka pszenna zwykła 2 szt. Masło 15g Pasta z pieczonych warzyw 60g Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Chleb razowy 140g Masło 15g Jajecznica ze szczypiorkiem smażona 100g Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Barszcz czerwony z makaronem 350ml Kotlet rybny pieczony 130g mniej oleju 10g Ziemniaki gotowane 200g Marchewka z groszkiem oprószana 150g	Barszcz czerwony z makaronem 350ml Pulpet rybny gotowany 90g w sosie koperkowym 150g Ziemniaki gotowane 200g Marchew gotowana 150g	Barszcz czerwony z makaronem 350ml Pulpet rybny gotowany 90g w sosie koperkowym 150g Ziemniaki gotowane 200g Marchew gotowana 150g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g Masło 15g Ser biały z suszonymi pomidorami 150g Roszponka	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g Masło 15g Ser biały 120g Pomidor ½ szt. Roszponka	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Ser biały z suszonymi pomidorami 150g Roszponka
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2380 kcal Tłuszcz 76,82g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,73g Węglowodany 340,39g W tym cukry 294,12g Białko 101,02g Błonnik 37,17g Sól 4,21g	Energia 2144 kcal Tłuszcz 55,33g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,37g Węglowodany 331,61g W tym cukry 294,91g Białko 94,76g Błonnik 30,36g Sól 3,62g	Energia 2335 kcal Tłuszcz 73,39g Kw. Tłusz. Nasyc. 27,25g Węglowodany 336,06g W tym cukry 281,24g Białko 104,77g Błonnik 45,39g Sól 4,8g

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, Jaja, Ryby

Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny:
Mleko, Gluten, Seler, Jaja, Ryby

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.

Sobota (2026-02-21)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Bułka pszenna zwykła 1 szt. Bułka graham 1 szt. Masło 15g Polędwica sopocka 50g Ogórek konserwowy 80g Sałata mix	Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Bułka pszenna zwykła 2 szt. Masło 15g Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Roszponka	Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Chleb razowy 140g Masło 15g Polędwica sopocka 50g Pomidor ½ szt. Sałata mix
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa ziemniaczana 350ml Gulasz drobiowo – warzywny duszony 180g Kasza jęczmienna 200g	Zupa ziemniaczana 350ml Gulasz drobiowo – warzywny duszony 180g Kasza jęczmienna 200g	Zupa ziemniaczana 350ml Gulasz drobiowo – warzywny duszony 180g Kasza jęczmienna 200g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Borówki 125g	Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Borówki 125g
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g Masło 15g Ser grani 100g Słonecznik 1op. Rzodkiewka 50g Sałata	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g Masło 15g Ser grani 100g Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Ser grani 100g Słonecznik 1op. Rzodkiewka 50g Sałata
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2355 kcal Tłuszcz 83,87g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,14g Węglowodany 320,64g W tym cukry 259,36g Białko 96,4g Błonnik 32,9g Sól 4,72g	Energia 2065 kcal Tłuszcz 61,23g Kw. Tłusz. Nasyc. 20,8g Węglowodany 305,54g W tym cukry 241,71g Białko 84,43g Błonnik 23,79g Sól 3,44g	Energia 2342 kcal Tłuszcz 84,9g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,28g Węglowodany 321,39g W tym cukry 248,59g Białko 95,66g Błonnik 45,49g Sól 4,58g

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**

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.

Niedziela (2026-02-22)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g Masło 15g Szynka z fileta 50g Pomidor ½ szt. Kiełki rzodkiewki	Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Chleb pszenny (kawiorek) 120g Masło 15g Szynka z fileta 50g Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml Mleko 200ml Chleb razowy 140g Masło 15g Szynka z fileta 50g Pomidor ½ szt. Kiełki rzodkiewki
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pomidorowa z ryżem 350ml Kotlet schabowy smażony 100g Puree ziemniaczane 200g Brokuły gotowane 200g	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml Schab gotowany 50g w sosie pietruszkowym 150g Puree ziemniaczane 200g Brokuły gotowane 200g	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml Schab gotowany 50g w sosie pietruszkowym 150g Puree ziemniaczane 200g Brokuły gotowane 200g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Winogrono 150g	Tubka warzywna 1 szt.	Tubka warzywna 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g Chleb razowy 70g Masło 15g Szynka gotowana 50g Ogórek św. 50g Sałata Jogurt naturalny 1 szt.	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 120g Masło 15g Szynka gotowana 50g Pomidor ½ szt. Sałata Jogurt naturalny 1 szt.	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g Szynka gotowana 50g Ogórek św. 50g Sałata Jogurt naturalny 1 szt.
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2270 kcal Tłuszcz 82,22g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,59g Węglowodany 304,03g W tym cukry 268,91g Białko 94,79g Błonnik 32,17g Sól 5,63g	Energia 2020 kcal Tłuszcz 57,96g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,39g Węglowodany 286,85g W tym cukry 251,5g Białko 97,26g Błonnik 22,96g Sól 5,73g	Energia 1979 kcal Tłuszcz 59,37g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,49g Węglowodany 285,57g W tym cukry 233,88g Białko 93,13g Błonnik 39,22g Sól 6,2g

Jadłospis zawiera potrawy, w których mogą znajdować się następujące alergeny:

Mleko, Gluten, Seler, Soja, 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.

Poniedziałek (2026-02-23)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Parówki wieprzowe 2 szt. (6) Ketchup Pomidor 1 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Parówki wieprzowe 2 szt. (6) Ketchup Pomidor 1 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 50g (6) Pomidor 1 szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa grochowa 350ml (6,9) Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7)	Zupa selerowa z grzankami 350ml (1,7,9) Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7)	Zupa selerowa 350ml (1,7,9) Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7)
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Kiwi 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Kiwi 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg 100g (7) Ogórek św. 50g Kiełki słonecznika	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Twaróg 100g (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Twaróg 100g (7) Ogórek św. 50g Kiełki słonecznika
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2289 kcal Tłuszcz 75,4g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,77g	Energia 2070 kcal Tłuszcz 70,94g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,16g	Energia 1904 kcal Tłuszcz 60,89g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,49g

Węglowodany 324,39g W tym cukry 250,87g Białko 100,55g Błonnik 40,58g Sól 4,37g	Węglowodany 289,25g W tym cukry 238,48g Białko 84,7g Błonnik 26,4g Sól 3,97g	Węglowodany 275,13g W tym cukry 210,78g Białko 85,87g Błonnik 44,09g Sól 5,26g
--	---	---

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska

Wtorek (2026-02-24)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa ogórkowa 350ml (1,7,9) Bitka schabowa 75g duszona w sosie własnym 150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty modrej 150g	Zupa ryżowa 350ml (9) Bitka schabowa 75g duszona w sosie własnym 150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Marchewka gotowana 150g	Zupa ryżowa 350ml (9) Bitka schabowa 75g duszona w sosie własnym 150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty modrej 150g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Pomarańcza 1 szt.	Tubka warzywna 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser topiony 3 szt. (7) Papryka kons. 40g Rukola	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 100g (7) Pomidor ½ szt. Roszponka	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 100g (7) Pomidor ½ szt. Rukola
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza

Energia 2185 kcal Tłuszcz 73,44g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,74g Węglowodany 312,69g W tym cukry 262,52g Białko 85,32g Błonnik 33,58g Sól 5,48g	Energia 1917 kcal Tłuszcz 59,17g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,74g Węglowodany 275,47g W tym cukry 232,58g Białko 80,63g Błonnik 21,21g Sól 3,75g	Energia 2085 kcal Tłuszcz 63,51g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,73g Węglowodany 316,34g W tym cukry 261,21g Białko 84,65g Błonnik 44,9g Sól 4,67g
---	---	--

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska

Środa (2026-02-25)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słonecznikiem 350ml (9) Kotlet mielony pieczony 100g (1,3) Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Buraki gotowane 180g	Zupa wiedeńska 350ml (1,9) Pulpet gotowany 100g w sosie pomidorowym 150g (1,3,7) Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Buraki gotowane 180g	Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słonecznikiem 350ml (9) Pulpet gotowany 100g w sosie pomidorowym 150g (1,3,7) Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Fasolka szparagowa gotowana 200g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Grapefruit ½ szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Masło 15g (7) Sałatka z makaronu i tuńczyka 150g (1,4) Twarożek 1 szt. (7) Mix sałat	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Sałatka z makaronu i wędliny 150g (1,6) Twarożek 1 szt. (7) Roszponka	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Sałatka z makaronu razowego i tuńczyka 150g (1,4) Twarożek 1 szt. (7) Mix sałat
--	--	---

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2256 kcal Tłuszcz 77,7g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,89g Węglowodany 319,37g W tym cukry 272,48g Białko 85,15g Błonnik 31,22g Sól 4,25g	Energia 2130 kcal Tłuszcz 56,51g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,47g Węglowodany 333,21g W tym cukry 304,89g Białko 83,67g Błonnik 21,49g Sól 3,31g	Energia 1960 kcal Tłuszcz 62,07g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,17g Węglowodany 287,09g W tym cukry 212,04g Białko 83,77g Błonnik 45,12g Sól 4,87g

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska

Czwartek (2026-02-26)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka wielozarnista 1 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Sałatka warzywna
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,7,9) Mieszanka chińska z filetem drobiowym gotowana 400g (9) Ryż brązowy 200g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,7,9) Risotto drobiowo jarzynowe gotowane 300g w sosie śmietanowym 100g (1,7,9)	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,7,9) Mieszanka chińska z filetem drobiowym gotowana 200g (9) Ryż brązowy 400g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Batonik owocowy 1 szt.	Batonik owocowy 1 szt.	Batonik owocowy b/cukru 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Dżem 1 szt. Ser twarożek 2 szt. (7) Rzodkiewka 50g Sałata	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Dżem 1 szt. Ser twarożek 2 szt. (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Rybki 1/2p. (4) Ser twarożek 2 szt. (7) Rzodkiewka 50g Sałata
--	---	---

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2124 kcal Tłuszcz 61,42g Kw. Tłusz. Nasyc. 19,46g Węglowodany 319,54g W tym cukry 238,81g Białko 86,17g Błonnik 28,21g Sól 2,32g	Energia 2202 kcal Tłuszcz 70,74g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,86g Węglowodany 320,59g W tym cukry 293,41g Białko 79,02g Błonnik 15,54g Sól 2,96g	Energia 2296 kcal Tłuszcz 86,36g Kw. Tłusz. Nasyc. 27,08g Węglowodany 300,53g W tym cukry 251,87g Białko 96,87g Błonnik 57,84g Sól 4,77g

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska

Piątek (2026-02-27)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Paluch mleczny 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Jajko gotowane 2 szt. (3) Papryka św. 100g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Paluch mleczny 1 szt. (1) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Masło 15g (7) Sałatka z pomidorów sparzonych 180g Miód 2 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Jajko gotowane 2 szt. (3) Papryka św. 100g Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pieczarkowa z makaronem 350ml (1,7,9) Ryba pieczona 130g (4) masło 5g Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Surówka z kapusty kiszonej 150g	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (1,7,9) Ryba gotowana 110g w sosie cytrynowym 150g (1,4,7) Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Brokuły gotowane 200g	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (1,7,9) Ryba gotowana 110g w sosie cytrynowym 150g (1,4,7) Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Surówka z kapusty kiszonej 150g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Borówki 125g	Budyń z owocami 1 szt. (7)	Borówki 125g

Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg wędzony 135g (7) Ogórek św. 50g Sałata mix	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser grani 200g (7) Pomidor ½ szt. Roszponka	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Twaróg wędzony 135g (7) Ogórek 50g Sałata mix

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2275 kcal Tłuszcz 92,08g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,12g Węglowodany 273,26g W tym cukry 208,98g Białko 102,6g Błonnik 31,71g Sól 6,58g	Energia 2281 kcal Tłuszcz 68,5g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,02g Węglowodany 324,49g W tym cukry 294,65g Białko 99,96g Błonnik 19,79g Sól 2,86g	Energia 2213 kcal Tłuszcz 83,28g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,85g Węglowodany 284,63g W tym cukry 220,55g Białko 100,57g Błonnik 41,03g Sól 7,43g

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska

Sobota (2026-02-28)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka wielozarnista 1 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica z indyka 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica z indyka 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica z indyka 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml (7,9) Twaróg ze śmietana i koperkiem 160g (7) Ziemniaki gotowane 200g Jabłko 1 szt.	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml (7,9) Twaróg ze śmietana i koperkiem 160g (7) Ziemniaki gotowane 200g Jabłko pieczone 1 szt.	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml (7,9) Twaróg ze śmietana i koperkiem 160g (7) Ziemniaki gotowane 200g Jabłko 1 szt.
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Papryka konserwowa 40g Sałata	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata
---	--	--

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2178 kcal Tłuszcz 73,51g Kw. Tłusz. Nasyc. 32,43g Węglowodany 300,59g W tym cukry 199,84g Białko 94,7g Błonnik 27,9g Sól 3,5g	Energia 2094 kcal Tłuszcz 67,28g Kw. Tłusz. Nasyc. 32,3g Węglowodany 291,07g W tym cukry 236,5g Białko 92,08g Błonnik 23,06g Sól 3,76g	Energia 2076 kcal Tłuszcz 69,45g Kw. Tłusz. Nasyc. 32,75g Węglowodany 289,45g W tym cukry 244,39g Białko 93,07g Błonnik 42,11g Sól 6,5g

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska

Niedziela (2026-03-01)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (6) Pomidor ½ szt. Kiełki słonecznika	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (6) Pomidor ½ szt. Kiełki słonecznika
Obiad	Obiad	Obiad
Rosół z makaronem 350ml (1) Schab duszony 50g w sosie własnym 150g (1,7) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraki gotowane 180g	Rosół z makaronem 350ml (1) Schab duszony 50g w sosie własnym 150g (1,7) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraki gotowane 180g	Rosół z makaronem 350ml (1) Schab duszony 50g w sosie własnym 150g (1,7) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraki gotowane 180g
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Gruszka 1 szt.	Tubka owocowa 1 szt.	Gruszka 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja

Herbata z cukrem 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser żółty 50g (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata z cukrem 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser homogenizowany 150g (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata bez cukru 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g Ser homogenizowany 150g (7) Pomidor ½ szt. Sałata
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2099 kcal Tłuszcz 64,21g Kw. Tłusz. Nasyc. 28,15g Węglowodany 306,48g W tym cukry 260,61g Białko 91,12g Błonnik 33,35g Sól 5g	Energia 1998 kcal Tłuszcz 61,74g Kw. Tłusz. Nasyc. 30,76g Węglowodany 282,11g W tym cukry 240,43g Białko 88,52g Błonnik 22,44g Sól 3,56g	Energia 2212 kcal Tłuszcz 70,58g Kw. Tłusz. Nasyc. 31,17g Węglowodany 316,29g W tym cukry 270,73g Białko 99,64g Błonnik 42,62g Sól 5,13g

Alergeny – legenda: 1 Gluten, 2 Skorupiaki, 3 Jaja, 4 Ryby, 5 Orzeszki ziemne, 6 Soja, 7 Mleko, 8 Orzechy, 9 Seler, 10 Gorczyca, 11 Sezam, 12 Dwutlenek siarki i siarczyny, 13 Łubin, 14 Mieczaiki

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.

Jadłospis opracowany przez dietetyków – P. Stern, A. Meyza-Koczorowska