



JADŁOSPIS – 12.03-21.03.2026

Czwartek (2026-03-12)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Kiełbaski wieprzowe 2 szt. (6) Pomidor 1/2 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 50g (6) Pomidor 1/2 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 50g (6) Pomidor 1/2 szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 350ml (9) Leczo z cukinią i filetem drobiowym duszone 350g Ryż brązowy 200g Jogurt owocowy 1 szt. (7) Herbata 250ml	Zupa krupnik 350 ml (1,7,9) Leczo z cukinią i filetem drobiowym duszone 350g Ryż biały 200g Jogurt owocowy 1 szt. (7) Herbata 250ml	Zupa z fasoli szparagowej z ziemniakami 350ml (9) Leczo z cukinią i filetem drobiowym duszone 350g Ryż brązowy 200g Jogurt naturalny 1 szt. (7) Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Gruszka 1 szt.	Galaretką z owocami 1 szt.	Gruszka 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata czarna 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pieczarki kons. 40g (10) Kiełki rzodkiewki	Herbata czarna 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata czarna 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Kiełki rzodkiewki
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2202 kcal Tłuszcz 83,83g Kw. Tłusz. Nasyc. 27,56g Węglowodany 302,18g W tym cukry 50,56g Białko 78,35g Błonnik 34,86g Sód 2954,45g	Energia 2055 kcal Tłuszcz 70,29g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,69g Węglowodany 284,49g W tym cukry 37,38g Białko 79,59g Błonnik 17,22g Sód 2687,9mg	Energia 2178 kcal Tłuszcz 73,99g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,66g Węglowodany 317,25g W tym cukry 54,42g Białko 83,6g Błonnik 47,16g Sód 3204,15mg

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 (2026-03-13)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Jajecznica ze szczypiorkiem smażona 100g (3) Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Pasta z pieczonych warzyw 90g (9) Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Jajecznica ze szczypiorkiem smażona 100g (3) Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Barszcz czerwony z makaronem 350ml (1,7,9) Kotlet rybny 80g pieczony (1,3,4) Ziemniaki duszone 200g (7) Marchewka z groszkiem gotowana 150g (1) Herbata 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (1,7,9) Pulpet rybny 80g gotowany w sosie koperkowym 150g (1,3,4,7) Ziemniaki duszone 200g (7) Marchewka gotowana 150g Herbata 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (1,7,9) Pulpet rybny 80g gotowany w sosie koperkowym 150g (1,3,4,7) Ziemniaki duszone 200g (7) Groszek zielony gotowany 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata czarna 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser biały z suszonymi pomidorami 150g (7) Roszponka	Herbata czarna 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser biały 120g (7) Pomidor ½ szt. Roszponka	Herbata czarna 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z suszonymi pomidorami 150g (7) Roszponka
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2330 kcal Tłuszcz 76,84g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,73g Węglowodany 327,99g W tym cukry 78,96g Białko 101,12g Błonnik 37,24g Sód 1776,5mg	Energia 2059 kcal Tłuszcz 56,59g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,27g Węglowodany 315,38g W tym cukry 89,04g Białko 88,37g Błonnik 30,31g Sód 1456,39mg	Energia 2333 kcal Tłuszcz 71,93g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,65g Węglowodany 339,99g W tym cukry 71,95g Białko 106,84g Błonnik 48,78g Sód 1896,29mg

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 (2026-03-14)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Ogórek konserwowy 80g (10) Sałata mix	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata mix
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa ziemniaczana 350ml (7,9) Gulasz duszony drobiowo – warzywny 180g (1,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (7,9) Gulasz duszony drobiowo – warzywny 180g (1,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 350ml (7,9) Gulasz duszony drobiowo – warzywny 180g (1,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Borówki 125g	Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Borówki 125g
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata czarna 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser grani 100g (7) Słonecznik 1op. Rzodkiewka 50g Sałata	Herbata czarna 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser grani 100g (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata czarna 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Ser grani 100g (7) Słonecznik 1op. Rzodkiewka 50g Sałata
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2275 kcal Tłuszcz 82,61g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,4g Węglowodany 304,05g W tym cukry 23,37g Białko 95,62g Błonnik 32,78g Sód 1929,9mg	Energia 1991 kcal Tłuszcz 60,32g Kw. Tłusz. Nasyc. 20,13g Węglowodany 290,37g W tym cukry 47,3g Białko 83,42g Błonnik 22,42g Sód 1468,15mg	Energia 2312 kcal Tłuszcz 83,64g Kw. Tłusz. Nasyc. 22,54g Węglowodany 317,3g W tym cukry 23,21g Białko 94,88g Błonnik 45,37g Sód 1874,4mg

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 Mieczaki

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

Niedziela (2026-03-15)		
Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Szynka z fileta 50g (6) Pomidor ½ szt. Kiełki rzodkiewki	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 120g (1) Masło 15g (7) Szynka z fileta 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 200ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka z fileta 50g (6) Pomidor ½ szt. Kiełki rzodkiewki
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) Kotlet schabowy smażony 100g (1,3) Puree ziemniaczane 200g (7) Brokuły gotowane 200g (1) Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (7,9) Schab gotowany 50g w sosie pietruszkowym 150g (1,7) Puree ziemniaczane 200g (7) Brokuły gotowane 200g Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (7,9) Schab gotowany 50g w sosie pietruszkowym 150g (1,7) Puree ziemniaczane 200g (7) Brokuły gotowane 200g Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Winogrono 150g	Tubka warzywna 1 szt.	Tubka warzywna 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata czarna 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (6) Ogórek św. 50g Sałata Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Herbata czarna 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 120g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata Jogurt naturalny 1 szt. (7)	Herbata czarna 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 50g (6) Ogórek św. 50g Sałata Jogurt naturalny 1 szt. (7)
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2222 kcal Tłuszcz 82,34g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,59g Węglowodany 291,68g W tym cukry 66,32g Białko 94,98g Błonnik 32,17g	Energia 1970 kcal Tłuszcz 57,96g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,39g Węglowodany 274,35g W tym cukry 42,52g Białko 97,26g Błonnik 22,96g	Energia 1981 kcal Tłuszcz 59,49g Kw. Tłusz. Nasyc. 25,49g Węglowodany 285,72g W tym cukry 44,27g Białko 93,32g Błonnik 39,22g

Sód 2264,8mg	Sód 2305,9mg	Sód 2496mg
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 Miecza		

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

Poniedziałek (2026-03-16)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Parówki wieprzowe 2 szt. (6) Pomidor 1/2 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 50g (6) Pomidor 1/2 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 50g (6) Pomidor 1/2 szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml (7,9) Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7) Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml (7,9) Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7) Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 350ml (7,9) Galantyna drobiowa gotowana 90g w sosie własnym 150g (1,3,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7) Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Pomarańcza 1 szt.	Budyń z owocami 1 szt. (7)	Pomarańcza 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg 100g (7) Ogórek św. 50g Kiełki słonecznika	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Twaróg 100g (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata 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 Węglowodany 324,39g	Energia 2070 kcal Tłuszcz 70,94g Kw. Tłusz. Nasyc. 29,16g Węglowodany 289,25g	Energia 1904 kcal Tłuszcz 60,89g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,49g Węglowodany 275,13g

W tym cukry 39,76g Białko 100,55g Błonnik 40,58g Sód 2561,35 mg	W tym cukry 48,36g Białko 84,7g Błonnik 26,4g Sód 2026,75 mg	W tym cukry 38,67g Białko 85,87g Błonnik 44,09g Sód 2128,25mg
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 (2026-03-17)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (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 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (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 Herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml (9) Bitka schabowa 75g duszona w sosie własnym 150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Marchewka gotowana 150g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml (9) Bitka schabowa 75g duszona w sosie własnym 150g (1,7) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty modrej 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Sok marchewkowo - owocowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser topiony 3 szt. (7) Papryka kons. 40g Rukola	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 100g (7) Pomidor ½ szt. Roszponka	Herbata 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 65,8g Białko 85,32g Błonnik 33,58g	Energia 1917 kcal Tłuszcz 59,17g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,74g Węglowodany 275,47g W tym cukry 29,68g Białko 80,63g Błonnik 21,21g	Energia 2085 kcal Tłuszcz 63,51g Kw. Tłusz. Nasyc. 26,73g Węglowodany 316,34g W tym cukry 69,53g Białko 84,65g Błonnik 44,9g

Sód 2738,55 mg	Sód 1552,95 mg	Sód 1941,10mg
-----------------------	-----------------------	----------------------

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 Mieczaki

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 (2026-03-18)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (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 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata
Obiad	Obiad	Obiad
Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słończnikiem 350ml (7,9) Kotlet mielony wieprzowo - wołowy pieczony 100g (1,3) Ziemniaki duszone 200g (7) Buraki gotowane 180g Herbata 250ml	Zupa wiedeńska 350ml (1,9) Pulpet gotowany wieprzowo - wołowy 100g w sosie pomidorowym 150g (1,3,7) Ziemniaki duszone 200g (7) Buraki gotowane 180g Herbata 250ml	Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słończnikiem 350ml (7,9) Pulpet gotowany wieprzowo - wołowy 100g w sosie pomidorowym 150g (1,3,7) Ziemniaki duszone 200g (7) Fasolka szparagowa got. 200g Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Borówki 125g	Tubka warzywna 1 szt.	Borówki 125g
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Masło 15g (7) Sałatka z makaronu i tuńczyka 150g (1,4) Twarożek 1 szt. (7) Mix sałat	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Sałatka z makaronu i wędliny 150g (1,6) Twarożek 1 szt. (7) Roszponka	Herbata 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 87,94g Białko 85,15g Błonnik 31,22g Sód 1393,04 mg	Energia 2130 kcal Tłuszcz 56,51g Kw. Tłusz. Nasyc. 23,47g Węglowodany 333,21g W tym cukry 78,1g Białko 83,67g Błonnik 21,49g Sód 1340,13mg	Energia 1960 kcal Tłuszcz 62,07g Kw. Tłusz. Nasyc. 24,17g Węglowodany 287,09g W tym cukry 51,66g Białko 83,77g Błonnik 45,12g Sód 1577,91mg

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 (2026-03-19)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka wielozarnista 1 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Sałatka warzywna
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,9) Mieszanka chińska duszona z filetem drobiowym 400g (9) Ryż brązowy 200g Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,9) Risotto drobiowo jarzynowe 300g duszone w sosie śmietanowym 100g (1,7,9) Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1,9) Mieszanka chińska duszona z filetem drobiowym 200g (9) Ryż brązowy 200g Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Batonik owocowy 1 szt.	Batonik owocowy 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg wędzony 90g (7) Ogórek św. 50g Sałata	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser grani 100g (7) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Twaróg wędzony 90g (7) Ogórek św. 50g Sałata
Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2124 kcal Tłuszcz 61,42g	Energia 2202 kcal Tłuszcz 70,74g	Energia 2296 kcal Tłuszcz 86,36g

Kw. Tłusz. Nasyc. 19,46g Węglowodany 319,54g W tym cukry 38,55g Białko 86,17g Błonnik 28,21g Sód 1635,02 mg	Kw. Tłusz. Nasyc. 21,86g Węglowodany 320,59g W tym cukry 43,34g Białko 79,02g Błonnik 15,54g Sód 1811,57mg	Kw. Tłusz. Nasyc. 27,08g Węglowodany 300,53g W tym cukry 46,93g Białko 96,87g Błonnik 57,84g Sód 2439,57mg
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 (2026-03-20)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (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 2% tł. 180ml (7) Paluch mleczny 1 szt. (1) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Masło 15g (7) Sałatka z pomidorów 180g Miód 2 szt. Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (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 (4,7) Ziemniaki gotowane duszone 200g (7) Surówka z kapusty kiszanej 150g Herbata 250ml	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 Herbata 250ml	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 kiszanej 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Grapefruit ½ szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Dżem 1 szt. Ser twaróg 2 szt. (7) Rzodkiewka 50g Sałata mix	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Ser twaróg 2 szt. (7) Pomidor ½ szt. Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Rybki 1/2p. (4) Ser twaróg 1 szt. (7) Rzodkiewka 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 32,44g Białko 102,6g Błonnik 31,71g Sód 2098,22 mg	Energia 2281 kcal Tłuszcz 68,5g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,02g Węglowodany 324,49g W tym cukry 64,29g Białko 99,96g Błonnik 19,79g Sód 1310,89mg	Energia 2213 kcal Tłuszcz 83,28g Kw. Tłusz. Nasyc. 21,85g Węglowodany 284,63g W tym cukry 30,26g Białko 100,57g Błonnik 41,03g Sód 2302,64mg

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 (2026-03-21)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 1 szt. (1) Bułka wielozarnista 1 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Roszponka
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa grochowa 350 ml (6,9) Twaróg ze śmietaną i koperkiem 160g (7) Ziemniaki gotowane 200g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Zupa selerowa z grzankami 350ml (1,7,9) Twaróg ze śmietaną i koperkiem 160g (7) Ziemniaki gotowane 200g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml	Zupa selerowa 350ml (1,7,9) Twaróg ze śmietaną i koperkiem 160g (7) Ziemniaki gotowane 200g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Kiwi 1 szt.	Sok marchewkowy przecierowy 1 szt.	Kiwi 1 szt.
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Papryka konserwowa 40g Sałata	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 80g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor ½ szt. Sałata

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2178 kcal	Energia 2094 kcal	Energia 2076 kcal
Tłuszcz 73,51g	Tłuszcz 67,28g	Tłuszcz 69,45g
Kw. Tłusz. Nasyc. 32,43g	Kw. Tłusz. Nasyc. 32,3g	Kw. Tłusz. Nasyc. 32,75g
Węglowodany 300,59g	Węglowodany 291,07g	Węglowodany 289,45g
W tym cukry 72,31g	W tym cukry 72,21g	W tym cukry 57,24g
Białko 94,7g	Białko 92,08g	Białko 93,07g
Błonnik 27,9g	Błonnik 23,06g	Błonnik 42,11g
Sód 2210,05 mg	Sód 2197,75mg	Sód 3254,85mg

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