JADŁOSPIS – 11-20.10.2026

Niedziela (2026-10-11)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy - / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Kiełki rzodkiewki	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb pszenny 40g / 80g / 120g (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Kiełki rzodkiewki
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa pomidorowa z ryżem 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Kotlet schabowy smażony 50g / 100g / 100g (1,3) Puree ziemniaczane 150g / 150g / 200g (7) Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Schab gotowany 30g / 50g / 50g w sosie pietruszkowym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Puree ziemniaczane 150g / 150g / 200g (7) Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Schab gotowany 30g / 50g / 50g w sosie pietruszkowym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Puree ziemniaczane 150g / 150g / 200g (7) Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Jabłko 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 35g (1) Chleb razowy 35g / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Serek fromage ½ szt. (7) Ogórek św. 50g., Sałata	Herbata 250ml Chleb pszenny 40g / 80g / 120g (1) Masło 15g (7) Serek fromage ½ szt. (7) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Serek fromage ½ szt. (7) Ogórek św. 50g., Sałata
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1146 kcal/1715 kcal/2007 kcal **Tłuszcz** 49,82g/63,3g/67,98g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,67g/30,24g/32,5g **Węglowodany** 136,33g/221,83g/279,13g **W tym cukry** 36,39g/50,63g/57,32g **Białko** 47,03g/78,15g/86,68g **Błonnik** 15,93g/26,09g/33,52g **Sód** 1113,86mg/1753,75mg/2121,45mg	**Energia** 1124 kcal/1634 kcal/1999 kcal **Tłuszcz** 44,42g/52,96g/57,63g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,69g/30,18g/32,52g **Węglowodany** 140,86g/221,59g/292,33g **W tym cukry** 43,57g/56,88g/67,28g **Białko** 47,8g/79,12g/90,59g **Błonnik** 12,73g/20,26g/24,28g **Sód** 1121,41mg/1768,75mg/2179,05mg	**Energia** 1048 kcal/1535 kcal/1990 kcal **Tłuszcz** 45,05g/53,87g/59,79g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,59g/30,06g/32,55g **Węglowodany** 125,36g/203,52g/297,87g **W tym cukry** 36,81g/54,35g/63,13g **Białko** 45,36g/74,92g/87,63g **Błonnik** 17,73g/30,28g/43,79g **Sód** 1081,81mg/1690,25mg/2378,05mg

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

Poniedziałek (2026-10-12)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna - / - / 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa krupnik z kaszy jaglanej 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Galantyna drobiowa z warzywami gotowana 45g / 90g /90g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Szpinak duszony 75g / 150g / 150g (1,7) Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Galantyna drobiowa z warzywami gotowana 45g / 90g /90g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Szpinak duszony 75g / 150g / 150g (1,7) Herbata 250ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 175ml / 350ml / 350 ml (7,9) Galantyna drobiowa z warzywami gotowana 45g / 90g / 90g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Szpinak duszony 75g / 150g / 150g (1,7) Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Pomarańcza ½ szt. / ½ szt. / 1 szt.	Tubka warzywna 1 szt.	Pomarańcza ½ szt. / ½ szt. / 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy - / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg 50g / 100g / 100g (7) Ogórek św. 50g., Kiełki słonecznika	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Twaróg 50g / 100g / 100g (7) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Twaróg 50g / 100g / 100g (7) Ogórek św. 50g., Kiełki słonecznika
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1128 kcal / 1627 kcal / 2047 kcal **Tłuszcz** 39.98g / 52,63g / 55,9g **Kw. Tłusz. Nasyc**.22,79g / 28,62g / 29,79g **Węglowodany** 153,51g / 220,59g / 309,91g **W tym cukry** 29,53g / 39,69g / 57,65g **Białko** 48,25g / 81,91g / 94,2g **Błonnik** 18,32g / 28,39g / 35,53g **Sód** 977,81mg / 1491,3mg / 1922,35mg	**Energia** 1099 kcal / 1572 kcal /2013 kcal **Tłuszcz** 39.16g / 51,51g / 61g **Kw. Tłusz. Nasyc**.22,62g / 28,35g / 33,26g **Węglowodany** 145,74g / 205,84 g / 289,7g **W tym cukry** 15,97g / 25,56g / 29,05g **Białko** 46,16g / 79,53g / 86,63g **Błonnik** 13,94g / 21,61g / 24,65g **Sód** 869,91 mg / 1312,45 mg / 1823,15 mg	**Energia** 1015 kcal / 1596 kcal / 2091 kcal **Tłuszcz** 39,48g / 52,73g / 56,9g **Kw. Tłusz. Nasyc**.22,58g / 28,45g / 29,74g **Węglowodany** 131g / 216,08g / 324,61g **W tym cukry** 28,26g / 38,87g / 58,4g **Białko** 43,74g / 79.53g / 93,23g **Błonnik** 18,35g / 31,36g / 47,32g **Sód** 812,71 mg / 1484,55 mg / 2166,65 mg

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

Wtorek (2026-10-13)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. (1) Bułka graham - / - / 1 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa ogórkowa 175m / 350ml / 350ml (1,7,9) Bitka schabowa 40g / 80g / 80g duszona w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Surówka z kapusty modrej 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 175m / 350ml / 350ml (9) Bitka schabowa 40g / 80g / 80g duszona w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Marchewka got. 75g / 150g / 150g (7) Herbata 250ml	Zupa ogórkowa 175m / 350ml / 350ml (1,7,9) Bitka schabowa 40g / 80g / 80g duszona w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Surówka z kapusty modrej 75g / 150g / 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Jabłko 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 35g (1) Chleb razowy 35g / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 50g / 100g / 100g (7) Pomidor 80g., Rukola	Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 70g (1) Chleb pszenny 40g / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 50g / 100g / 100g (7) Pomidor 80g., Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 50g / 100g / 100g (7) Pomidor 80g., Rukola
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1158 kcal / 1686kcal / 2095 kcal **Tłuszcz** 45,12g / 62,32g / 66,48g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,9g / 30,58g / 32,13 g **Węglowodany** 150,13g / 217,66g / 298,49g **W tym cukry** 36,25g / 51,62g / 61,33g **Białko** 46,88g / 77,18g / 94g **Błonnik** 16,25g / 24,49g / 34,07g **Sód** 1087,23 mg / 1683,55mg / 2336,4g	**Energia** 1154 kcal / 1572 kcal / 2018 kcal **Tłuszcz** 43,58g / 58,75g / 62,8g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 24,29g / 31,29g / 32,77g **Węglowodany** 152,8g / 200,02g / 287,18g **W tym cukry** 36,89g / 46,43g / 53,06g **Białko** 46,34g / 72,83g / 90,33g **Błonnik** 14,87g / 21,65g / 25,09g **Sód** 872,63 mg / 1141,5 mg / 1771,6 mg	**Energia** 1040 kcal / 1601 kcal / 2051 kcal **Tłuszcz** 42,84g / 58,67g / 63,32g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,78g / 30,49g / 32,06g **Węglowodany** 132,08g / 213,7g/ 305,46g **W tym cukry** 34,17g / 46,73g / 53,21g **Białko** 41,64g / 71,1g / 87,77g **Błonnik** 19,19g / 31,95g / 45,06g **Sód** 1017, 75 mg / 1780,25 mg / 2579,85 mg

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 (2026-10-14)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna - / - / 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słonecznikiem 175ml / 350ml / 350 ml (7,9) Pulpet gotowany wieprzowo - wołowy 45g / 90g / 90g w sosie pomidorowym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 150g / 150g / 200g (7) Fasolka szparagowa got. 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa wiedeńska 175ml / 350ml / 350 ml (1,9) Pulpet gotowany wieprzowo - wołowy 45g / 90g / 90g w sosie pomidorowym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 150g / 150g / 200g (7) Buraki gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Krem pietruszkowo-gruszkowy ze słonecznikiem 175ml / 350ml / 350 ml (7,9) Pulpet gotowany wieprzowo - wołowy 45g / 90g / 90g w sosie pomidorowym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 150g / 150g / 200g (7) Fasolka szparagowa got. 75g / 150g / 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Kiwi 1 szt.	Budyń z owocami ½ por. / ½ por. / 1 por. (7)	Kiwi 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy - / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Szynka drobiowa - / 30g / 50g (6) Papryka św. 50g / 100g / 100g Mix sałat	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Szynka drobiowa - / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Szynka drobiowa - / 30g / 50g (6) Papryka św. 50g / 100g / 100g Mix sałat
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1134 kcal / 1626 kcal /2004kcal **Tłuszcz** 45,52g / 59,25g / 63,92g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 34,18g / 43,7g / 44,97g **Węglowodany** 146,29g / 212,14g / 285,15g **W tym cukry** 32,65g / 51,54g / 56,7 **Białko** 45,04g / 77,38g / 90,88 **Błonnik** 19,21g / 31,63g / 35,92g **Sód** 737,13 mg / 1095,4 mg / 1535,3 mg	**Energia** 1150 kcal / 1553 kcal / 2122 kcal **Tłuszcz** 43,1g / 52,98g / 59,48g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 34,11g / 42,7g / 44,94g **Węglowodany** 152,45g / 204,32g / 314,98g **W tym cukry** 43,55g / 62,06g / 84,83g **Białko** 43,52g / 71,64g / 90,93g **Błonnik** 9,74g / 15,14g / 18,66g **Sód** 657,29 mg / 923,02 mg / 1489,72 mg	**Energia** 1021 kcal / 1595 kcal / 2048 kcal **Tłuszcz** 45,02g / 59,39g / 64,92g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 33,97g / 43,53g / 44,91g **Węglowodany** 123,79g / 207,64g/ 299,86g **W tym cukry** 31,39g / 50,72g / 57,44g **Białko** 40,53g / 75g / 89,92g **Błonnik** 19,24g / 34,6g / 47,71g **Sód** 571,93 mg / 1088,55 mg / 1779,4 mg

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

Czwartek (2026-10-15)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. (1) Bułka wielozarnista - / - / 1 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Roszponka	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Roszponka	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Roszponka
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa pomidorowa z makaronem 175ml / 350ml / 350 ml (1,7,9) Risotto drobiowo jarzynowe 150g / 300g / 300g duszone w sosie śmietanowym 50g / 100g / 100g (1,7,9) Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 175ml / 350ml / 350 ml (1,7,9) Risotto drobiowo jarzynowe 150g / 300g / 300g duszone w sosie śmietanowym 50g / 100g / 100g (1,7,9) Herbata 250ml	Zupa pomidorowa z makaronem 175ml / 350ml / 350 ml (1,7,9) Mieszanka chińska duszona z filetem drobiowym 200g / 400g / 400g z ryżem brązowym 100g / 100g / 200g (9) Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Gruszka 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Gruszka 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 35g (1) Chleb razowy 35g / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Ser wiejski b/laktozy 90g / 90g / 180g (7) Ogórek św. 50g., Sałata	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Ser wiejski b/laktozy 60g / 90g / 180g (7) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Ser wiejski b/laktozy 90g / 90g / 180g (7) Ogórek św. 50g., Sałata
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1090 kcal / 1628 kcal / 2100 kcal **Tłuszcz** 42,59g / 54,46g /68,79 kcal **Kw. Tłusz. Nasyc**. 22,52g / 25,36g / 29,31g **Węglowodany** 136,6g / 219,4g / 286,13g **W tym cukry** 29,65g / 43,94g / 49,03g **Białko** 47,64g / 76,39g / 101,34g **Błonnik** 12,31g / 20,04g / 23,19g **Sód** 1388,23 mg / 2158,05mg / 2603,1 mg	**Energia** 1110 kcal / 1631 kcal / 2069 kcal **Tłuszcz** 41,71g / 54,77g / 62,45g **Kw. Tłusz. Nasyc.** 21,51g / 25,23g / 29,37g **Węglowodany** 146,11g / 218,85g / 291,16g **W tym cukry** 38,31g / 50,29g / 56,11g **Białko** 45,27g / 76,57g / 97,94g **Błonnik** 12,72g / 19,43g / 21,52g **Sód** 1296,68mg / 2087,2 mg / 2841mg	**Energia** 1035 kcal / 1500 kcal / 2109 kcal **Tłuszcz** 40,07g / 49,4g / 58,63g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 22,02g / 24,27g / 28,74g **Węglowodany** 130,85g / 201,41g / 316,72g **W tym cukry** 28,66g / 40,82g / 46,89g **Białko** 45,8g / 73,54g / 97,63g **Błonnik** 18,77g / 30,19g / 46,3g **Sód** 1280,11 mg / 2172,45 mg / 3100,75 mg

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

Piątek (2026-10-16)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Paluch mleczny - / - / 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Jajko gotowane 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (3) Papryka św. 50g / 100g / 100g Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Paluch mleczny - / - / 1 szt. (1) Bułka pszenna 1 szt. (1) Masło 15g (7) Ser biały 50g / 50g / 100g (7) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Jajko gotowane 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (3) Papryka św. 50g / 100g / 100g Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa koperkowa z makaronem 175 ml / 350 ml / 350ml (1,7,9) Ryba pieczona 45g / 90g / 90g (4,7) Ziemniaki got. tłuczone 150g / 150g / 200g (7) Surówka z kapusty kiszonej 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 175 ml / 350 ml / 350ml (1,7,9) Ryba gotowana 45g / 90g / 90g w sosie cytrynowym 75g / 150g / 150g (1,4,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 150g / 150g / 200g (7) Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 175 ml / 350 ml / 350ml (1,7,9) Ryba gotowana 45g / 90g / 90g w sosie cytrynowym 75g / 150g / 150g (1,4,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 150g / 150g / 200g (7) Surówka z kapusty kiszonej 75g / 150g / 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 - / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Ser twarożek 1 szt. (7) Dżem - / 1 szt. / 1 szt. Rzodkiewka 50g, Sałata mix	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Ser twarożek 1 szt. (7) Dżem - / 1 szt. / 1 szt. Pomidor 80g., Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Ser twarożek 1 szt. (7) Rybki - / ½ p / ½ p. (4) Rzodkiewka 50g, Sałata mix
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1154 kcal / 1598 kcal /2045 kcal **Tłuszcz** 47,34g / 56,34g / 66,06g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,62g / 29,77g / 33,09g **Węglowodany** 145,23g / 214,3g / 288,77g **W tym cukry** 36,61g / 63,89g / 70,37g **Białko** 45,08g / 70,54g / 88,55g **Błonnik** 16,02g / 25,66g / 31,15g **Sód** 1032,06 mg / 1604,2 mg / 2137mg	**Energia** 1151 kcal / 1533 kcal / 2052 kcal **Tłuszcz** 44,08g / 48,84g / 59,43g **Kw. Tłusz. Nasyc.** 27,46g / 29,67g / 34,77g **Węglowodany** 148,92g / 208,92g / 296,78g **W tym cukry** 37,94g / 59,62g / 66,87g **Białko** 46,82g / 73,7g / 93,98g **Błonnik** 12g / 18,83g / 23,07g **Sód** 639,1mg / 894,04 mg / 1461,09 mg	**Energia** 1001 kcal / 1591 kcal / 2088 kcal **Tłuszcz** 45,41g / 64,11g / 72,93g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,73g / 29,55g / 32,37g **Węglowodany** 115,75g / 191,07g / 283,19g **W tym cukry** 25,21g / 37,6g / 44,32g **Białko** 41,15g / 75,78g / 94,55g **Błonnik** 17,18g / 29,61g / 42,72g **Sód** 877,63 mg / 1841,74 mg / 2592,09 mg

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

Sobota (2026-10-17)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. (1) Bułka wielozarnista - / - / 1 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g / 50g / 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g / 50g / 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 30g / 50g / 50g (6) Sałatka warzywna
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa selerowa 175ml / 350ml / 350ml (1,7,9) Twaróg ze śmietaną i koperkiem 80g / 130g / 200g (7) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml	Zupa selerowa 175ml / 350ml / 350ml (1,7,9) Twaróg ze śmietaną i koperkiem 80g / 130g / 200g (7) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml	Zupa selerowa 175ml / 350ml / 350ml (1,7,9) Twaróg ze śmietaną i koperkiem 80g / 130g / 200g (7) Ziemniaki got. 150g / 150g / 200g Jabłko 1 szt. Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Borówki 125g	Tubka owocowa 1 szt.	Borówki 125g
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 35g (1) Chleb razowy 35g / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1136 kcal / 1515 kcal / 2071 kcal **Tłuszcz** 49,13g / 65,06g / 79,45g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,12g / 33,7g / 37,34g **Węglowodany** 141,66g / 179,92g / 262,86g **W tym cukry** 33g / 43,17g / 50,71g **Białko** 41,89g/ 64,46g / 94,52g **Błonnik** 16,27g / 21,42g / 25,71g **Sód** 1006,42 mg / 1555,37mg / 1789,32mg	**Energia** 1132kcal / 1490 kcal / 1997 kcal **Tłuszcz** 49,14g / 64,96g / 72,56g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,05g / 33,55g / 37,36g **Węglowodany** 135,98g / 169,63g / 254,75g **W tym cukry** 33,62g / 46,33g / 51,71g **Białko** 41,88g / 63,9g / 90,28g **Błonnik** 13,49g / 18,62g / 21,26g **Sód** 995,32mg / 1481,97 mg / 2024,07 mg	**Energia** 1052 kcal / 1523 kcal / 2037 kcal **Tłuszcz** 48,85g / 65,61g / 73,78g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26g / 33,64g / 37,55g **Węglowodany** 125,06g / 184,9g / 275,24g **W tym cukry** 33,42g / 48,12g / 52,47g **Białko** 39,2g / 63,68g / 89,38g **Błonnik** 19,21g / 29,88g / 42,14g **Sód** 936,97mg / 1653,12 mg / 2365,22 mg

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 (2026-10-18)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb baltonowski - / 35g / 35g (1) Chleb razowy 35g / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Kiełki słonecznika	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb pszenny 40g / 40g / 80g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Szynka gotowana 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Kiełki słonecznika
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Rosół z makaronem 175ml / 350ml / 350ml (1,9) Schab duszony 30g / 50g / 50g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Kasza jęczmienna 100g / 100g / 200g (1) Buraki gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Rosół z makaronem 175ml / 350ml / 350ml (1,9) Schab duszony 30g / 50g / 50g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Kasza jęczmienna 100g / 100g / 200g (1) Buraki gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Rosół z makaronem 175ml / 350ml / 350ml (1,9) Schab duszony 30g / 50g / 50g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Kasza jęczmienna 100g / 100g / 200g (1) Kalafior gotowany 75g / 150g / 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Gruszka 1 szt.	Jogurt owocowy 1 szt. (7)	Gruszka 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy - / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Ser żółty 20g / 50g / 50g (7) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 40g (1) Masło 15g (7) Ser homogenizowany 50g / 150g / 150g (7) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Ser homogenizowany 50g / 150g / 150g (7) Pomidor 80g., Sałata
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1069 kcal / 1515 kcal / 2045 kcal **Tłuszcz** 43,3g / 65,06g / 65,39g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,46g / 33,7g / 32,65g **Węglowodany** 132,56g / 179,92g / 285,16g **W tym cukry** 33,79g / 43,17g / 56,62g **Białko** 45g / 64,46g / 94,48g **Błonnik** 14,97g / 21,42g / 32,57g **Sód** 885,45mg / 1555,37mg / 2084,15mg	**Energia** 1097 kcal / 1578 kcal / 2048 kcal **Tłuszcz** 43,28g / 59,7g / 64,38g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,07g / 34,73g / 36,39g **Węglowodany** 133,91g / 187,08g / 279,97g **W tym cukry** 30,68g / 48,65g / 52,98g **Białko** 48,38g / 79,62g / 96,86g **Błonnik** 10,99g / 15,84g / 21,71g **Sód** 815,05mg / 1074,05 mg / 1667,65 mg	**Energia** 1032 kcal / 1603 kcal / 2148 kcal **Tłuszcz** 42,06g / 59,58g / 65,28g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,82g / 33,65g / 35,45g **Węglowodany** 130,47g / 203,72g / 316,53g **W tym cukry** 28,23g / 39,62g / 45,54g **Białko** 43,39g / 78,37g / 96,32g **Błonnik** 18,1g / 29,43g / 44,29g **Sód** 758,55mg / 1272,85 mg / 2082,55 mg

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

Poniedziałek (2026-10-19)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna - / - / 1 szt. (1) Bułka graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka z indyka 30g / 50g / 50g (6) Ogórek św. 50g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. / 1 szt. / 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka z indyka 30g / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Szynka z indyka 30g / 50g / 50g (6) Ogórek św. 50g., Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa jarzynowa dietetyczna 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Pulpet drobiowy 45g / 90g / 90g gotowany w sosie koperkowym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ryż brązowy 100g / 100g / 200g Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa jarzynowa dietetyczna 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Pulpet drobiowy 45g / 90g / 90g gotowany w sosie koperkowym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ryż 100g / 100g / 200g Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa jarzynowa dietetyczna 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Pulpet drobiowy 45g / 90g / 90g gotowany w sosie koperkowym 75g / 150g / 150g (1,3,7,9) Ryż brązowy 100g / 100g / 200g Brokuły gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Kisiel z owocami ½ szt. / 1 szt. / 1 szt.	Kisiel z owocami ½ szt. / 1 szt. / 1 szt.	Kiwi 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy - / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Szynka drobiowa - / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Kiełki słonecznika	Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 70g (1) Chleb pszenny 40g / 20g / - (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Szynka drobiowa - / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Szynka drobiowa - / 50g / 50g (6) Pomidor 80g., Kiełki słonecznika
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1134 kcal/1651 kcal/2097 kcal **Tłuszcz** 41,63g/52,51g/56,34g **Kw. Tłusz. Nasyc**.24,64g/27,28g/28,66g **Węglowodany** 159,77g/238,35g/332,65g **W tym cukry** 35,86g/65,72g/70,22g **Białko** 41,71g/73,67g/86,45g **Błonnik** 18,5g/29,49g/36,78g **Sód** 1196,52 mg/1973,22mg/2398,47mg	**Energia** 1135 kcal/1609 kcal/2017 kcal **Tłuszcz** 40,42g/50,95g/53,83g **Kw. Tłusz. Nasyc**.24,41g/26,99g/28,14g **Węglowodany** 159,94g/228,42g/314,17g **W tym cukry** 34,85g/64,2g/68,09g **Białko** 40,92g/71,26g/82,53g **Błonnik** 11,04g/19,51g/21,32g **Sód** 1121,42mg/1798,47mg/2123,07mg	**Energia** 972 kcal/1474 kcal/2000 kcal **Tłuszcz** 41,41g/52,77g/57,54g **Kw. Tłusz. Nasyc**.24,59g/27,32g/28,87g **Węglowodany** 124,49g/197,2g/312,03g **W tym cukry** 23,33g/35,06g/42,15g **Białko** 37,31g/70,82g/85,03g **Błonnik** 19,54g/32,81g/49,13g **Sód** 1023,29mg/1946,62mg/2624,72mg

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

Wtorek (2026-10-20)

Dieta podstawowa 1 / 2 / 3	Dieta łatwostrawna 1 / 2 / 3	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 1 / 2 / 3
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna 1 szt. (1) Chleb razowy - / - / 70g (1) Masło 15g (7) Pieczona pierś z indyka 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Bułka pszenna - / 1 szt./ 2 szt. Chleb pszenny 40g / - / - Masło 15g (7) Pieczona pierś z indyka 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata	Kawa zbożowa - / 250ml / 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 100ml / 180ml / 250ml (7) Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Pieczona pierś z indyka 30g / 30g / 50g (6) Pomidor 80g., Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa ziemniaczana 175 ml (7,9) / Zupa z soczewicy 175 ml (9) / Zupa z soczewicy 350ml (9) Roladki schabowe z warzywami duszone 45g / 90g / 90g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 150g / 150g / 200g (7) Surówka z białej kapusty 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 175ml / 350ml / 350ml (7,9) Roladki schabowe z warzywami duszone 45g / 90g / 90g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 150g / 150g / 200g (7) Buraki gotowane 75g / 150g / 150g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 175 ml (7,9) / Zupa z soczewicy 175 ml (9) / Zupa z soczewicy 350ml (9) Roladki schabowe z warzywami duszone 45g / 90g / 90g w sosie własnym 75g / 150g / 150g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 150g / 150g / 200g (7) Surówka z białej kapusty b/c 75g / 150g / 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Maliny 125g	Jabłko pieczone 1 szt.	Maliny 125g
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski - / 35g / 35g (1) Chleb razowy 35g / 35g / 70g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 50g / 50g / 100g (7) Ogórek św. 50g, Szpinak świeży	Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g / 35g / 70g (1) Chleb pszenny - / 20g / 20g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 50g / 50g / 100g (7) Pomidor 80g., Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 35g / 70g / 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 50g / 50g / 100g (7) Ogórek św. 50g, Szpinak świeży
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1150 kcal/1622 kcal/2212 kcal **Tłuszcz** 47,03g/61,08g/71,93g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,56g/26,6g/31,3g **Węglowodany** 147,82g/211,74g/315,87g **W tym cukry** 26,09g/44,42g/58,47g **Białko** 45,16g/74,03g/102,66g **Błonnik** 21,97g/34,15g/51,37g **Sód** 1007,83mg/1341,35mg/2188,8mg	**Energia** 1118 kcal/1595 kcal/2064 kcal **Tłuszcz** 44,35g/55,98g/65g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,4g/26,76g/31,19g **Węglowodany** 144,05g/215,47g/293,53g **W tym cukry** 40,64g/59,95g/65,65g **Białko** 42,96g/66,27g/87,15g **Błonnik** 16,06g/21,59g/24,51g **Sód** 940,2mg/1201,45mg/1888,65mg	**Energia** 1055 kcal/1588 kcal/2257 kcal **Tłuszcz** 46,73g/61,43g/72,88g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,51g/26,64g/31,45g **Węglowodany** 128,62g/206,71g/328,76g **W tym cukry** 24,16g/40,76g/55,37g **Białko** 42,37g/72,91g/103,61g **Błonnik** 24,91g/41,81g/61,97g **Sód** 940,35mg/1441,85mg/2449,25mg

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 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