JADŁOSPIS – 21-30.10.2026

Środa (2026-10-21)

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 graham 1 szt. (1) Masło 15g (7) Pasta z ryby gotowanej z koncentratem 100g (4) Ogórek konserwowy 80g (10,12) Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Pasta z ryby gotowanej z koncentratem 100g (4) Pomidor 80g Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Pasta z ryby gotowanej z koncentratem 100g (4) Pomidor 80g Roszponka
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (1,3,7,9) Sznycel drobiowy smażony 100g (1,3) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Surówka z marchwi i jabłka 150g (7) Herbata 250ml	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (1,3,7,9) Sznycel drobiowy duszony 100g w sosie własnym 150g (1,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Marchew mini gotowana 150g Herbata 250ml	Zupa szpinakowa z zacierką 350ml (1,3,7,9) Sznycel drobiowy duszony 100g w sosie własnym 150g (1,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Surówka z marchwi i jabłka b/c 150g (7) Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Serek wiejski lekki 150g (7) Papryka św. 100g Sałata mix	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Chleb baltonowski 70g (1) Masło 15g (7) Serek wiejski lekki 150g (7) Pomidor 80g Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Serek wiejski lekki 150g (7) Papryka św. 100g Sałata mix
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2198 kcal **Tłuszcz** 75,82g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,51g **Węglowodany** 294,99g **W tym cukry** 56,1g **Białko** 102,32g **Błonnik** 36,34g **Sód** 2568,57mg	**Energia** 1960 kcal **Tłuszcz** 54,31g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 21,87g **Węglowodany** 278,69g **W tym cukry** 42,18g **Białko** 100,91g **Błonnik** 24,97g **Sód** 2067,05mg	**Energia** 2045 kcal **Tłuszcz** 57,49g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 22,9g **Węglowodany** 305,05g **W tym cukry** 54,32g **Białko** 101,29g **Błonnik** 49,51g **Sód** 2456,45mg

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 (2026-10-22)

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) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka drobiowa 50g (6) Pomidor 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka konserwowa 50g (6) Pomidor 80g Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa brokułowa 350ml Sos myśliwski duszony 200g (1,6) Kasza gryczana 200g Herbata 250ml	Zupa brokułowa 350ml Gulasz wieprzowy duszony 200g (1,9) Kasza jęczmienna 200g (1) Buraki gotowane 150g Herbata 250ml	Zupa brokułowa 350ml Gulasz wieprzowy duszony 200g (1,9) Kasza gryczana 200g Sałatka z ogórka kiszonego 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Borówki 125g	Tubka owocowa 1 szt.	Borówki 125g
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Sałatka jarzynowa 200g (warzywa gotowane) (3,9,10) Ser mozzarella 30g (7) Kiełki słonecznika	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Chleb baltonowski 70g (1) Masło 15g (7) Sałatka jarzynowa dietetyczna 200g (warzywa gotowane) (7,9) Ser mozzarella 30g (7) Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Sałatka jarzynowa dietetyczna 200g (warzywa gotowane) (7,9) Ser mozzarella 30g (7) Kiełki słonecznika
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2206 kcal **Tłuszcz** 81,23g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 27,20g **Węglowodany** 311,02g **W tym cukry** 33,42g **Białko** 77,95g **Błonnik** 39,36g **Sód** 3443,35mg	**Energia** 2107 kcal **Tłuszcz** 57,2g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,4g **Węglowodany** 318,19g **W tym cukry** 46,46g **Białko** 92g **Błonnik** 30,53g **Sód** 1739,6 mg	**Energia** 2149 kcal **Tłuszcz** 64,85g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,7g **Węglowodany** 325,12g **W tym cukry** 30,71g **Białko** 91,87g **Błonnik** 51,96g **Sód** 5108,35mg

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 (2026-10-23)

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Jajecznica smażona ze szczypiorkiem 100g (3,7) Pomidor 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Dżem 1 szt. Twarożek 2 szt. (7) Pomidor 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Jajecznica smażona ze szczypiorkiem 100g (3,7) Pomidor 80g Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350ml (9) Ryba pieczona w sosie greckim 250g (4,9) Ziemniaki gotowane 200g Herbata 250ml	Zupa wiedeńska 350ml (1,9) Ryba gotowana w sosie greckim 250g (4,9) Ziemniaki gotowane 200g Herbata 250ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350ml (9) Ryba gotowana w sosie greckim 250g (4,9) Ziemniaki gotowane 200g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Jabłko 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser biały z rzodkiewką 100g (7) Roszponka	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Chleb baltonowski 70g (1) Masło 15g (7) Ser biały 100g (7) Pomidor 80g Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z rzodkiewką 100g (7) Roszponka
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 1936 kcal **Tłuszcz** 64,74g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,71g **Węglowodany** 260,86g **W tym cukry** 61,91g **Białko** 91,78g **Błonnik** 33,54g **Sód** 1602,05 mg	**Energia** 2012 kcal **Tłuszcz** 63,3g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 32,81g **Węglowodany** 285,11g **W tym cukry** 69,27g **Białko** 86,16g **Błonnik** 20,08g **Sód** 1448,6mg	**Energia** 1990 kcal **Tłuszcz** 60,09g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 23,07g **Węglowodany** 281,12g **W tym cukry** 52,16g **Białko** 100,56g **Błonnik** 44,37g **Sód** 1937,3mg

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 (2026-10-24)

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) Ogórek kiszony 50g Sałata mix	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Pomidor 80g Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica sopocka 50g (6) Ogórek kiszony 50g Sałata mix
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa krupnik 350ml (1,7,9) Filet drobiowy duszony w sosie brokułowo – śmietanowym 350g (1,7) Makaron 200g (1) Herbata 250ml	Zupa krupnik 350ml (1,7,9) Filet drobiowy duszony w sosie brokułowo – śmietanowym 350g (1,7) Makaron 200g (1) Herbata 250ml	Zupa krupnik 350ml (1,7,9) Filet drobiowy duszony w sosie brokułowo – śmietanowym 350g (1,7) Makaron razowy 200g (1) Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Chipsy jabłkowe 1 szt.	Tubka warzywna 1 szt.	Chipsy jabłkowe 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser żółty 50g (7) Papryka kons. 40g (10,12) Kiełki rzodkiewki	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Chleb baltonowski 70g (1) Masło 15g (7) Szynka z indyka 50g (6) Pomidor 80g Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka z indyka 50g (6) Pomidor 80g Kiełki rzodkiewki
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2192 kcal **Tłuszcz** 71,35g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 27,8g **Węglowodany** 303,19g **W tym cukry** 41,99g **Białko** 94,28g **Błonnik** 29,54g **Sód** 3470,85mg	**Energia** 2046 kcal **Tłuszcz** 59,63g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 20,99g **Węglowodany** 295,83g **W tym cukry** 23,57g **Białko** 89,73g **Błonnik** 19,35g **Sód** 2527,35 mg	**Energia** 2094 kcal **Tłuszcz** 61,93g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 21,18g **Węglowodany** 311,42g **W tym cukry** 44,79g **Białko** 87,06g **Błonnik** 47,47g **Sód** 3473,15mg

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 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 (2026-10-25)

Dieta podstawowa	**Dieta łatwostrawna**	**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Parówki delikatesowe z szynki 1 szt. (6) Twarożek 1 szt. (7) Pomidor 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb pszenny (kawiorek) 120g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Twarożek 1 szt. (7) Pomidor 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Twarożek 1 szt. (7) Pomidor 80g Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa koperkowa z makaronem 350ml (1,7,9) Mięso od szynki 100g gotowane w sosie chrzanowym 150g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Sałatka z fasolki szparagowej 150g Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (1,7,9) Mięso od szynki 100g gotowane w sosie własnym 150g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Szpinak duszony 150g (1,7) Herbata 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 350ml (1,7,9) Mięso od szynki 100g gotowane w sosie chrzanowym 150g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Sałatka z fasolki szparagowej 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Pomarańcza 1 szt.	Jabłko pieczone 1 szt.	Pomarańcza 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg z czarnuszką 100g (7) Pomidor 80g Sałata	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Chleb baltonowski 70g (1) Masło 15g (7) Twaróg 100g (7) Pomidor 80g Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Twaróg z czarnuszką 100g (7) Pomidor 80g Sałata
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2054 kcal **Tłuszcz** 68,9g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 33,93g **Węglowodany** 275,47g **W tym cukry** 62,75g **Białko** 101,83g	**Energia** 1942 kcal **Tłuszcz** 54,04g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 30,2g **Węglowodany** 269,04g **W tym cukry** 44,92g **Białko** 108,31g	**Energia** 2075 kcal **Tłuszcz** 56,42g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 28,39g **Węglowodany** 308,01g **W tym cukry** 63,9g **Białko** 107,59g

Błonnik 36,83g **Sód** 1389,87mg	**Błonnik** 25,41g **Sód** 1844,2 mg	**Błonnik** 46,27g **Sód** 2078,37mg

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 (2026-10-26)

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) Kiełbasa żywiecka 50g (6) Papryka św. 100g 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 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Schab gotowany 50g (6) Papryka św. 100g Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty 350 ml (1,9) Udko pieczone 1 szt. Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Bukiet warzyw gotowany 200g Herbata 250ml	Zupa ryżowa 350 ml (9) Udko gotowane 1 szt., w sosie śmietanowym 100g (1,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Bukiet warzyw gotowany 200g Herbata 250ml	Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty 350 ml (1,9) Udko pieczone 1 szt. Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Kalafior gotowany 150g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Kiwi 1 szt.	Tubka owocowa 1 szt.	Kiwi 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Sałatka meksykańska 160g (3,7) Twarożek 1 szt. (7) Kiełki słonecznika	Herbata 250ml Chleb pszenny (kawiorek) 120g (1) Masło 15g (7) Sałatka ziemniaczana 160g (7) Twarożek 1 szt. (7) Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Sałatka ziemniaczana z czerwoną fasolą 160g (7) Twarożek 1 szt. (7) Kiełki słonecznika

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2170 kcal **Tłuszcz** 81.09g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 34.45g **Węglowodany** 277.04g **W tym cukry** 35,84g **Białko** 101,55g **Błonnik** 31,15g **Sód** 2756,54mg	**Energia** 1887 kcal **Tłuszcz** 55,91g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 40,6g **Węglowodany** 268,82g **W tym cukry** 21,59g **Białko** 84,71g **Błonnik** 17,26g **Sód** 2189,78mg	**Energia** 2013 kcal **Tłuszcz** 62,86g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 40,55g **Węglowodany** 291,97g **W tym cukry** 37,43g **Białko** 94,19g **Błonnik** 45,65g **Sód** 2966,98mg

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 (2026-10-27)

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) Szynka z fileta 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Szynka z fileta 50g (6) Sałatka warzywna	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka z fileta 50g (6) Sałatka warzywna
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa kalafiorowa 350 ml (1,7,9) Makaron razowy z sosem bolońskim (mięso duszone) z zielonym groszkiem 400g (1) Herbata 250ml	Krem brokułowy z groszkiem ptysiowym 350 ml (1,7,9) Makaron w sosie mięsno – pomidorowym (mięso duszone) 400g (1) Herbata 250ml	Krem brokułowy 350 ml (1,7,9) Makaron razowy w sosie mięsno – pomidorowym 400g (mięso duszone) (1) 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. Twarożek 1 szt. (7) Rzodkiewka 50g Rukola	Herbata 250ml Chleb baltonowski 70g (1) Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Masło 15g (7) Dżem 1 szt. Twarożek 1 szt. (7) Pomidor 80g Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Twarożek 1 szt. (7) Pomidor 160g Rzodkiewka 50g Rukola

Wartość odżywcza	Wartość odżywcza	Wartość odżywcza
Energia 2121 kcal **Tłuszcz** 70,96g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,24g **Węglowodany** 309,85g **W tym cukry** 62,65g **Białko** 75,74g **Błonnik** 34,93g **Sód** 1894,42mg	**Energia** 2027 kcal **Tłuszcz** 58,62g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,33g **Węglowodany** 308,84g **W tym cukry** 68,8g **Białko** 78,23g **Błonnik** 21,14g **Sód** 1716,12mg	**Energia** 1930 kcal **Tłuszcz** 59,24g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,01g **Węglowodany** 293,2g **W tym cukry** 45,11g **Białko** 77,9g **Błonnik** 49,2g **Sód** 2048,22mg
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 (2026-10-28)

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) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Paprykarz 100g (ryba got., ryż got., cebula smażona) (4) Pomidor 80g Szpinak świeży	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Bułka pszenna zwykła 2 szt. (1) Masło 15g (7) Paprykarz dietetyczny 100g (ryba got., ryż got.) (4) Pomidor 80g Roszponka	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Paprykarz 100g (ryba got., ryż got., cebula smażona) (4) Pomidor 80g Szpinak świeży
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa krem paprykowy 350ml (1,9) Bitka schabowa 80g duszona w sosie własnym 100g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (10) Herbata 250ml	Zupa jarzynowa dietetyczna 350ml (1,7,9) Bitka schabowa 80g duszona w sosie własnym 100g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Buraki gotowane 150g Herbata 250ml	Zupa jarzynowa dietetyczna 350ml (1,7,9) Bitka schabowa 80g duszona w sosie własnym 100g (1,7,9) Ziemniaki gotowane 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g (10) Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Sok jabłkowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.	Sok pomidorowy 1 szt.
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Jajko got. 1 szt. (3) Twarożek 1 szt. (7) Ogórek kiszony 50g	Herbata 250ml Chleb baltonowski 70g (1) Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 100g (7) Pomidor 80g Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z koperkiem 100g (7) Ogórek kiszony 50g Sałata

Sałata		
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2035 kcal **Tłuszcz** 67,7g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,72g **Węglowodany** 289,46g **W tym cukry** 56,23g **Białko** 82,68g **Błonnik** 31,32g **Sód** 2143,95mg	**Energia** 1993 kcal **Tłuszcz** 52,58g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,61g **Węglowodany** 304,88g **W tym cukry** 56,01g **Białko** 87,62g **Błonnik** 25,3g **Sód** 2014,55mg	**Energia** 2065 kcal **Tłuszcz** 63,94g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 26,24g **Węglowodany** 304,08g **W tym cukry** 41,66g **Białko** 91,51g **Błonnik** 46,81g **Sód** 3059,35mg
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 (2026-10-29)

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) Kiełbaski wieprzowe 2 szt. (6) Pomidor 80g 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 80g Sałata	Kawa zbożowa 250ml (1,7) Mleko 2% tł. 180ml (7) Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Szynka wieprzowa 50g (6) Pomidor 80g Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Zupa dyniowa z pestkami dyni 350ml (7) Leczo z cukinią i filetem drobiowym duszone 350g Ryż brązowy 200g Herbata 250ml	Zupa dyniowa z grzankami 350ml (1,7) Leczo z cukinią i filetem drobiowym duszone 350g Ryż biały 200g Herbata 250ml	Zupa dyniowa z pestkami dyni 350ml (7) Leczo z cukinią i filetem drobiowym duszone 350g Ryż brązowy 200g Herbata 250ml
Podwieczorek	**Podwieczorek**	**Podwieczorek**
Budyń z owocami 1 szt. (7)	Budyń z owocami 1 szt. (7)	Budyń z owocami b/c 1 szt. (7)

Kolacja	Kolacja	Kolacja
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Pieczarki kons. 40g (10) Kiełki rzodkiewki	Herbata 250ml Chleb baltonowski 70g (1) Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Pomidor 80g Sałata	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Polędwica z piersi kurczaka 50g (6) Pomidor 80g Kiełki rzodkiewki
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2264 kcal **Tłuszcz** 83,59g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 30,3g **Węglowodany** 304,68g **W tym cukry** 72,96g **Białko** 91,07g **Błonnik** 34,71g **Sód** 2065,08mg	**Energia** 2086 kcal **Tłuszcz** 56,97g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 21,25g **Węglowodany** 318,34g **W tym cukry** 74,45g **Białko** 86,68g **Błonnik** 23,24g **Sód** 1948,68mg	**Energia** 2055 kcal **Tłuszcz** 63,64g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 22,47g **Węglowodany** 307,51g **W tym cukry** 63,98g **Białko** 86,15g **Błonnik** 45,3g **Sód** 2160,68mg
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 (2026-10-30)

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 (3,7) 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 (3,7) Sałata
Obiad	**Obiad**	**Obiad**
Barszcz czerwony z makaronem 350ml (1,7,9) Kotlet rybny 80g pieczony (1,3,4) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Marchewka z groszkiem gotowana 150g (1,7) Herbata 250ml	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (1,7,9) Pulpet rybny 80g gotowany w sosie koperkowym 100g (1,3,4,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Marchewka gotowana 150g (7) Herbata 250ml	Krem warzywny 350ml (1,7,9) Pulpet rybny 80g gotowany w sosie koperkowym 100g (1,3,4,7,9) Ziemniaki got. tłuczone 200g (7) Groszek zielony gotowany 150g Herbata 250ml

Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Borówki 125g	Jabłko pieczone 1 szt.	Borówki 125g
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**
Herbata 250ml Chleb baltonowski 35g (1) Chleb razowy 70g (1) Masło 15g (7) Ser biały z suszonymi pomidorami 120g (7) Roszponka	Herbata 250ml Chleb baltonowski 70g (1) Chleb pszenny (kawiorek) 40g (1) Masło 15g (7) Ser biały 100g (7) Pomidor 80g Roszponka	Herbata 250ml Chleb razowy 140g (1) Masło 15g (7) Ser biały z suszonymi pomidorami 120g (7) Roszponka
Wartość odżywcza	**Wartość odżywcza**	**Wartość odżywcza**
Energia 2174 kcal **Tłuszcz** 67,8g **Kw. Tłusz. Nasyc.** 25,78g **Węglowodany** 312,7g **W tym cukry** 51,73g **Białko** 97,99g **Błonnik** 36,06g **Sód** 1788,4mg	**Energia** 2003 kcal **Tłuszcz** 49.98g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 25,32g **Węglowodany** 324,05g **W tym cukry** 78,54g **Białko** 81,53g **Błonnik** 32,81g **Sód** 1642,94mg	**Energia** 2024 kcal **Tłuszcz** 57,36g **Kw. Tłusz. Nasyc**. 24,39g **Węglowodany** 302,08g **W tym cukry** 29,74g **Białko** 101,72g **Błonnik** 49,84g **Sód** 1912,44mg
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