

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-01	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na napoju roślinnym	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	Pasta warzywna	9	80g
	Pasta warzywna	9	80g	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
	Pomidor b/s		100g	Pomidor b/s		100g	Pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Rosół z indyka z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z indyka z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Rosół jarski z makaronem	1,9	400ml
	Poładwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g/150g	Poładwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	9	120g/150g	Kotlet warzywny w sosie majerankowym	1,3,9	120g/150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	biszkopty	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	miód		40g
	miód		40g	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-02	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna		80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g
	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta z białek jaj i szynki	3	50g	pasta z białek jaj i szynki	3,7	50g	pasta z białek jaj i jogurtu	3,7	50g
	pasta warzywna	9	80g	serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g
	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-03	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym		300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g	pasta z brokuła i sera mozzarella light	7	80g
	pasta z brokuła		80g	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,9	400ml	Zupa kalafiorowa z grzankami bezglutenowymi	7,9	400ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	400ml
	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z marchewki		100g	surówka z marchewki		100g	surówka z marchewki		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta warzywna		80g	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
	połudwica sopocka		60g	połudwica sopocka		60g	dżem		40g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-04	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na napoju roślinnym		300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
	parówki drobiowe		120g	parówki drobiowe		120g	Pasta warzywna	9	80g
	ketchup		10g	ketchup		10g	ser biały	7	80g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1 szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.
OBIAD	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	400ml
	Makaron	1	200g	Makaron bezglutenowy		300g	Pierogi leniwe	1,3,7	300g
	polewa owocowa		100g	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100g	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100g
	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	Serek grani	7	150g
	dżem	7	40g	dżem	7	40g	dżem	7	40g
	sałata z oliwą		100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-05	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	Miód		40g
	Miód		40g	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.	
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml
	Stek wieprzowy, parowany		120g	Stek wieprzowy, parowany		120g	Stek wieprzowy, parowany		120g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	buraki na ciepło	9	100g	buraki na ciepło	9	100g	buraki na ciepło	9	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałatka jarzynowa z białek jaj i oliwą	3,9	80g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	pastę warzywną	9	80g
	sałata		100g	sałata		100g	sałata		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-06	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g
	Kielbasa drobiowa		60g	Kielbasa drobiowa		60g	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g
	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa jarzynowa z ryżem	9	400ml	Zupa jarzynowa z ryżem	9	400ml	Zupa jarzynowa z ryżem	9	400ml
	Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk na parze	4	120g	Kaszotto wegetariańskie	4	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	parówki drobiowe na ciepło		120g	parówki drobiowe na ciepło		120g	ser biały w kostce		80g
	ketchup		10g	ketchup		10g	pasta warzywna		80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-07	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza manna na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Ser biały plastry	7	80g
	Miód		40g	Miód		40g	Miód		40g
	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	300g	Kaszotto z kaszy gryczanej z mięsem i warzywami	9	300g	Kaszotto wegetariańskie	1,9	300g
	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki		30g	sucharki		30g	sucharki		30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta warzywna	9	80g	Serek ziarnisty		150g	Serek ziarnisty		150g
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	pasta warzywna	9	80g
	Pomidor b/s	7	80g	Pomidor b/s	7	80g	Pomidor b/s	7	80g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-08	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na napoju roślinnym		300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
	pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4,9	80g	serek wiejski	7	150g
	kielbasa szynkowa		80g	kielbasa szynkowa		80g	dżem		40g
	pomidor p/s		100g	pomidor p/s		100g	pomidor p/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml	Zupa warzywna z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml
	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	mus owocowy		200ml	jogurt owocowy	7	100g	jogurt owocowy	7	100g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	połędwica miodowa		60g	połędwica miodowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g
	sałata z oliwą		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-09	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g	pasta warzywna	9	80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml
	Makaron z warzywami i kurczakiem	1,9	300g	Makaron bezglutenowy a'la carbonara z kurczakiem	7,9	300g	Makaron a'la carbonara w wersji wegetariańskiej	1,7,9	300g
	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Wafle ryżowe		30g	Wafle ryżowe		30g	biszkopty	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta z białek jaj i szynki	3	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	7	80g
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	serek wiejski	7	150g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-10	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Makaron bezglutenowy na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	miód		40g	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g
	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g	miód		40g
	sałata z oliwą		100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml
	Pałki z kurczaka gotowane		2szt.	Pałki z kurczaka gotowane		2szt.	Kotlet warzywny	1,3	120g
	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g
	marchewka na ciepło	1	100g	marchewka na ciepło	7	100g	marchewka na ciepło	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	budyń śmietankowy	7	200ml	budyń śmietankowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta z morszczuka	4	60g	pasta z morszczuka	4	60g	pasta warzywna	3,9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-01	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku	7	200ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	70
	szynka drobiowa		20g	szynka drobiowa		40g	szynka drobiowa		40g	
	Ser żółty	7	20g	Ser żółty	7	30g	Ser żółty	7	30g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mandarynka		1/2szt.	Jabłko		1/2szt.	Jabłko		1/2szt.	7
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	300ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	82
	Poledwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	100g	Poledwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g	Poledwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g	
	ziemiaki z koperkiem		100g	ziemiaki z koperkiem		180g	ziemiaki z koperkiem		180g	
	surówka z białej kapusty z olejem		80g	surówka z białej kapusty z olejem		100g	surówka z białej kapusty z olejem		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		75g	
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	15g	biszkopty	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	100ml	
							musli	1	20g	
							mandarynka		1szt.	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	20g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	60g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	60g	
	twarożek z koperkiem	7	20g	twarożek z koperkiem	7	60g	twarożek z koperkiem	7	60g	
	ogórek zielony		100g	ogórek zielony		100g	ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 987; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2069; BIAŁKO: 51; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 284;			ENERGIA: 2076; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-02	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	200ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	66
	serek śmietankowy	7	20g	serek śmietankowy	7	60g	serek śmietankowy	7	60g	
	dżem		20g	dżem		30g	szynka wiejska		60g	
	marchewka julienne		40g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Pomarańcza		1/4szt.	Pomarańcza		1/2szt.	Pomarańcza		1/2szt.	14
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	82
	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	220g	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	280g	Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami	9	280g	
	sos pomidorowy		60ml	sos pomidorowy		80ml	sos pomidorowy		80ml	
	ogórek kiszony		40g	ogórek konserwowy w słupkach		100g	ogórek konserwowy w słupkach		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	jabłko pieczone		1szt.	
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	24
							Masło	7	5g	
							szynka konserwowa		40g	
							ogórek kiszony		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	jajko	3	20g	jajko	3	50g	jajko	3	50g	
	serek ziołowy	7	20g	serek ziołowy	7	60g	serek ziołowy	7	60g	
	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 996; BIAŁKO: 27; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 122;			ENERGIA: 2256; BIAŁKO: 112; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 259;			ENERGIA: 2248; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 261;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-03	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	67
	szynka krucha		20g	szynka krucha		40g	szynka krucha		40g	
	serek grani	7	20g	serek grani	7	100g	Serek wiejski	7	100g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Jabłko		1/2szt.	Jabłko		100g	Jabłko		100g	10
OBIAD	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	250ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	350ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami pełnoziarnistymi	1,7,9	350ml	102
	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		100g	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka colesław	7	80g	surówka colesław	7	100g	surówka colesław		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z marchewki		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml	Chleb żytni	1	20g	18
							Masło	7	5g	
							pasta jajeczna	3,7	60g	
							rzodkiewka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	ser biały	7	20g	ser biały	7	60g	ser biały	7	60g	
	połędwica sopocka		20g	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 914; BIAŁKO: 27; TŁUSZCZ: 36; WĘGLOWODANY: 119;			ENERGIA: 2146; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 263;			ENERGIA: 2153; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 248;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-04	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	200ml	Ryż na mleku	7	250ml	Ryż na mleku	7	250ml	72
	parówki drobiowe		40g	parówki drobiowe		70g	parówki drobiowe		70g	
	ketchup		10g	ketchup		10g	ketchup		10g	
	ogórek kiszony		40g	ogórek konserwowy		100g	ogórek konserwowy		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka wrocławska	1	60g	Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	6
OBIAD	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	250ml	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	350ml	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną	9	350ml	99
	Pierogi leniwe	1,3,7	220g	Pierogi leniwe	1,3,7	280g	Makaron pełnoziarnisty z serem	1,7	280g	
	Polewa jogurtowo - owocowa	7	60ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	80ml	jogurt naturalny	7	100g	
	jabłko		1/2szt.	jabłko		1szt.	jabłko		1szt.	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	80g	Budyń śmietankowy	7	100g	Chleb żytni	1	20g	22
							Masło	7	5g	
KOLACJA							serek wiejski	7	100g	43
	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	serek ziołowy	7	20g	serek ziołowy	7	60g	serek ziołowy	7	60g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 1002; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 118;			ENERGIA: 2098; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 90; WĘGLOWODANY: 246;			ENERGIA: 2090; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 242;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-05	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na mleku	7	200ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	78
	Wędlina drobiowa ser żółty	7	20g	Wędlina drobiowa ser żółty	7	30g	Wędlina drobiowa ser żółty	7	40g	
	ogórek kiszony		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka wrocławska	1	60g	Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1/2szt.	Mandarynki		1szt.	Mandarynki		1szt.	6
OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną	9	350ml	93
	Stek wieprzowy		30g	Stek wieprzowy		90g	Stek wieprzowy		90g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		180g	
	buraki na ciepło	9	80g	buraki na ciepło	9	100g	buraki na ciepło	9	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z selera i jabłka	9	75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		100ml	Kisiel owocowy		150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	16
						Masło	7	5g		
						serek fromage	7	60g		
						ogórek zielony		100g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	40g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	100g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	100g	
	ogórek świeży		40g	ogórek świeży		100g	kabanosy		20g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	ogórek świeży		100g	
							Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1006; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 116;			ENERGIA: 2145; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 100; WĘGLOWODANY: 247;			ENERGIA: 2151; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-06	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	200ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	70
	ser biały w kostce	7	20g	ser biały w kostce	7	60g	ser biały w kostce	7	60g	
	Kiełbasa drobiowa		20g	Kiełbasa drobiowa		40g	Kiełbasa drobiowa		40g	
	Papryka		40g	Papryka		100g	Papryka		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	24
OBIAD	Zupa jarzynowa z brukselką i ryżem	1,9	250ml	Zupa jarzynowa z brukselką i ryżem	1,9	350ml	Zupa jarzynowa z brukselką i ryżem	1,9	350ml	75
	Morszczuk panierowany	1,3,4	30g	Morszczuk panierowany	1,3,4	90g	Morszczuk panierowany	1,3,4	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z kiszzonej kapusty		80g	surówka z kiszzonej kapusty		100g	surówka z kiszzonej kapusty		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		1szt.	wafle ryżowe		2szt.	Chleb graham	1	20g	25
							Masło	7	5g	
							jogurt naturalny		100ml	
KOLACJA	Chleb pszenny	1	60g	Chleb pszenny	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g	60
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	parówki drobiowe na ciepło	7	40g	parówki drobiowe na ciepło		70g	parówki drobiowe na ciepło		70g	
	ketchup		10g	ketchup		10g	ketchup		10g	
	marchewka julienne		40g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 927; BIAŁKO: 34; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 106;			ENERGIA: 2063; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 258;			ENERGIA: 2051; BIAŁKO: 92; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 254;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-07	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	200ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	67
	Pasta mięsna	9	20g	Pasta mięsna	9	60g	Pasta mięsna	9	60g	
	Miód		20g	Miód		30g	hummus		30g	
	sałata masłowa		40g	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	jabłko pieczone		1/2szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	12
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	300ml	Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	350ml	Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	350ml	80
	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	220g	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	280g	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	280g	
	ogórek kiszony		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		100g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	wazfle ryżowe		1szt.	sucharki		30g	Chleb żytni	1	20g	47
						Masło	7	5		
						ser biały	7	60g		
						Rzodkiewka		100g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	60
	Masło twarożek	7	10g 20g	Masło twarożek	7	20g 60g	Masło twarożek	7	20g 60g	
	szynka gotowana		20g	szynka gotowana		40g	szynka gotowana		40g	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 965; BIAŁKO: 21; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 125;			ENERGIA: 2287; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2291; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 266;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-08	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	71
	pasta z tuńczyka	4,9	20g	pasta z tuńczyka	4,9	60g	pasta z tuńczyka	4,9	60g	
	kielbasa szynkowa		20g	kielbasa szynkowa		40g	kielbasa szynkowa		40g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb żytni	1	60g	Chleb żytni	1	90g	Chleb żytni	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1/2szt.	Mandarynki		1 szt.	Mandarynki		1 szt.	10
OBIAD	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	250ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	350ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	350ml	92
	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		100g	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		280g	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		280g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	
	kapusta biała na ciepło	1,7	100g	kapusta zasmażana	1,7	100g	kapusta zasmażana	1,7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	brokuł		75g	
POSIŁEK NOCNY	jogurt owocowy	7	80ml	jogurt owocowy	7	100ml	Musli	1	20g	20
							gruszka		1szt.	
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	60
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	połędwica miodowa		20g	połędwica miodowa		40g	połędwica miodowa		40g	
	serek typu grani	7	20g	serek typu grani	7	100g	serek typu grani	7	100g	
	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 974; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 127;			ENERGIA: 2245; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 280;			ENERGIA: 2230; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 253;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-09	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	200ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	70
	ser żółty salami	7	20g	ser żółty salami	7	30g	ser żółty salami	7	30g	
	szynka sznurowana		20g	szynka sznurowana		40g	szynka sznurowana		40g	
	ogórek zielony		40g	ogórek zielony		100g	ogórek zielony		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka wrocławska	1	60g	Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Jabłko		1/2szt.	Jabłko		1szt.	Jabłko		1szt.	16
OBIAD	Barszcz ukraiński z ziemniakami i jajkiem	3,9	300ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami i jajkiem	3,9	350ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami i jajkiem	3,9	350ml	71
	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	220g	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	280g	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	280g	
	surówka z białej kapusty		40g	surówka z białej kapusty		100g	surówka z białej kapusty		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z marchewki i jabłka		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	15g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	20
						Masło	7	5g		
						hummus		60g		
						ogórek kiszony		100g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	57
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	60g	pasta jajeczna	3,7	60g	
	szynka drobiowa		20g	szynka drobiowa		40g	szynka drobiowa		40g	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1009; BIAŁKO: 20; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 239;			ENERGIA: 2039; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 234;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-10	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	200ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	80
	twaróg z ziołami	7	20g	twaróg z ziołami	7	60g	twaróg z ziołami	7	60g	
	szynka pieczona		20g	szynka pieczona		40g	szynka pieczona		40g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb pszenno-żytni	1	60g	Chleb pszenno-żytni	1	90g	Chleb razowy	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	5
OBIAD	Barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i majerankiem	1,3,7,9	250ml	Barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i majerankiem	1,3,7,9	350ml	Barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i majerankiem	1,3,7,9	350ml	91
	Pałki z kurczaka pieczone		100g	Pałki z kurczaka pieczone		120g	Pałki z kurczaka pieczone		120g	
	ziemniaki z wody		100g	ziemniaki z wody		180g	ziemniaki z wody		180g	
	marchewka na ciepło	1,7	80g	marchewka na ciepło	1,7	100g	marchewka na ciepło	1,7	75g	
							cukinia na parze		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	100ml	budyń śmietankowy	7	150ml	Chleb graham	1	20g	24
						Masło	7	5g		
						jogurt naturalny		100g		
						Gruszka		1szt.		
KOLACJA	Chleb razowy	1	60g	Chleb razowy	1	90g	Chleb razowy	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta z morskczuka	4	20g	pasta z morskczuka	4	60g	pasta z morskczuka	4	60g	
	serek fromage	7	20g	serek fromage	7	60g	serek fromage	7	60g	
	ogórek		100g	ogórek		100g	ogórek		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
		ENERGIA: 945; BIAŁKO: 14; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 135;			ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 239;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 90; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 251;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-01	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA					
	NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku + miód + masło	7	500ml			
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	ser biały	7	150g			
	Ser żółty	7	40g	ser biały	7	80g						
	pomidor		100g	Pomidor b/s		100g						
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g						
				* jogurt naturalny	7	100g						
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
II ŚNIADANIE	Jabłko		1/2szt.	Jabłko pieczone		1szt.						
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z indyka z makaronem i ntaką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z indyka z makaronem i ntaką pietruszki	1,9	400ml			
	Polędwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g/150g	Polędwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g/150g	Polędwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g/150g			
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g			
	surówka z białej kapusty z olejem		100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g			
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml			
POSILEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	30g	biszkopty	1,3,7	30g						
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	80g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g						
	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g						
				* pasta z białka jaj i jogurtu+twaróg	3,7	80g						
	ogórek zielony		100g	sałata		30g						
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml				
	ENERGIA: 2144; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 57; WĘGLOWODANY: 338;			ENERGIA: 1956; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 286;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-02	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	dżem		40g	dżem		40g			
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* szynka wiejska Herbata		60g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Pomarańcza		1/2szt.	Banan		1szt.			
OBİAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g	Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g
	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
	ogórek konserwowy w słupkach		100g	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa pomidorowa z ryżem+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	jajko	3	50g	pasta z białek jaj i szynki	3,7	50g			
	serek ziółowy	7	80g	serek ziółowy	7	80g			
	Ogórek zielony		100g	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny Herbata	7	100g 250ml			
	ENERGIA: 2196; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 324;			ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 290;			ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 286;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-03	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA			
	WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku + miód + masło	1,7	500ml	
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g	serek grani	7	150g	
	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g				
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g				
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i twarogu	3,7	80g	Herbata		250ml	
	Herbata			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Jabłko		100g	Jabłko pieczone		1szt.				
OBIAD	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	400ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	400ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	400ml	
	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym		120g	
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	
	surówka colesław	7	100g	surówka z marchewki		100g	surówka z marchewki		100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g				
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g				
	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g				
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g				
	Herbata		250ml	* twarożek	7	80g				
	Herbata			Herbata		250ml				Herbata
ENERGIA: 2256; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 327;				ENERGIA: 2005; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 291;				ENERGIA: 2001; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 275;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-04	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku + miód + masło (20g)	7	500ml
	parówki drobiowe		120g	parówki drobiowe		120g	pasta mięsna	9	120g
	ketchup		10g	ketchup		10g			
	ogórek konserwowy		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
				* serek wiejski	7	150g			
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Banan		1 szt.			
OBIAD	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	400ml	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	400ml	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	400ml
	Pierogi leniwe	1,3,7	300g	Pierogi leniwe	1,3,7	300g	Makaron z serem	1,3,7	300g
	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100g	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100g	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100g
	jabłko		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Rosół + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g			
	serek ziołowy	7	80g	dżem	7	40g			
	rzodkiewka		100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2204; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 319;			ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 291;			ENERGIA: 2011; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 281;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-05 CZWARTEK	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane + miód + masło	7	500ml
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	twarożek z koperkiem	7	80g
	ser żółty	7	40g	twarożek z koperkiem	7	80g			
	papryka		100g	kalafior na parze		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* serek naturalny Herbata	7	150g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml
	Stek wieprzowy		120g	Stek wieprzowy, parowany		120g	Stek wieprzowy, parowany		120g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	buraki na ciepło	9	100g	buraki na ciepło	9	100g	buraki na ciepło	9	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa krem z białych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	40g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g			
	kabanosy		60g	szynka drobiowa		60g			
	ogórek świeży		100g	sałata		100g			
	Herbata		250ml	* serek fromage Herbata	7	80g 250ml			
	ENERGIA: 2245; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 325;			ENERGIA: 2035; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 295;			ENERGIA: 1967; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 305;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-06	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA					
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	500ml			
	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g			
	Kiełbasa drobiowa		60g	Kiełbasa drobiowa		60g						
	Papryka		100g	jabłko pieczone		1szt.						
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g						
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	150g	Herbata		250ml			
Herbata			Herbata		250ml							
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.						
OBIAD	Zupa jarzynowa z brukselką i ryżem	1,9	400ml	Zupa jarzynowa z ryżem	9	400ml	Zupa jarzynowa z ryżem	9	400ml			
	Morszczuk panierowany	1,3,4	120g	Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk na parze	4	120g			
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g			
	surówka z kiszzonej kapusty		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g			
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml			
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g						
KOLACJA	Chleb pszenny	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	parówki drobiowe na ciepło		120g	parówki drobiowe na ciepło		120g						
	ketchup		10g	ketchup		10g						
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g						
	Herbata		250ml	* ser biały	7	40g				Herbata		250ml
Herbata			Herbata		250ml							
	ENERGIA: 2196; BIAŁKO: 82; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 329;			ENERGIA: 1964; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 294;			ENERGIA: 1967; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 305;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-07 SOBOTA	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	3,7	80g
	Miód		40g	Miód		40g			
	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
	Herbata		250ml	*ser biały Herbata	7	80g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBİAD	Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	300g	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	300g	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	300g
	ogórek kiszony		100g	trio na parze (kalefior, brokuł, marchew)		100g	trio na parze (kalefior, brokuł, marchew)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki		30g	sucharki		30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Bułka weka	1	90g	Zupa koperkowej + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka z kapusty pekińskiej z warzywami		100g	Serek ziarnisty		150g			
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g			
	ser biały	7	80g	Pomidor b/s	7	80g			
	Herbata		250ml	* Kefir	7	200ml			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2159; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 313;			ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 281;			ENERGIA: 1932; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 275;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-08	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA			
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
NIEDZIELA	ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku + miód + masło	7	500ml
		pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4	80g
		kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		80g			
		papryka		100g	pomidor p/s		100g			
		Masło	7	20g	Masło	7	20g			
		Chleb żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g			
		Herbata		250ml	* ser biały	7	40g	Herbata		250ml
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1 szt.	Banan		1szt.				
OBIAD	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml	
	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml	
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	
	kapusta zasmażana	1,7	100g	brokuł		100g	brokuł		100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	jogurt owocowy	7	100g	jogurt owocowy	7	100g				
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa z dyni z kaszą manną + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	polędwica miodowa		60g	polędwica miodowa		60g				
	serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g				
	rzodkiewka		100g	pomidor b/s		100g				
	Herbata		250ml	* wędlina wieprzowa		60g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 2179; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 305;				ENERGIA: 1945; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 272;				ENERGIA: 1948; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 268;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-09	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7	500ml
	ser żółty salami	7	40g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g			
	ogórek zielony		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i twarogu Herbata	3,7	150g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Barszcz ukraiński z ziemniakami i jajkiem	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml
	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	300g	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	300g	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	300g
	surówka z białej kapusty		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	30g	biszkopty	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa szczawiowa+ żółtko + mięso gotowane z indyka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta jajeczna	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g			
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny Herbata	7 250ml	100g 250ml			
	ENERGIA: 2212; BIAŁKO: 66; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 354;			ENERGIA: 2061; BIAŁKO: 61; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 330;			ENERGIA: 2057; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 314;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-10	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	3,7	80g
	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g			
	papryka		100g	sałata z jogurtem	7	100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb pszenno-żytni	1	90g	Bułka weka * twaróg	1 7	90g 80g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i majerankiem	1,3,7,9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml
	Pałki z kurczaka pieczone		2szt.	Pałki z kurczaka gotowane		2szt.	Pałki z kurczaka gotowane		2szt.
	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g
	marchewka na ciepło	1,7	100g	marchewka na ciepło	1,7	100g	marchewka na ciepło	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	budyń śmietankowy	7	200ml			
KOLACJA	Chleb razowy	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta z morszczuka	4	60g	pasta z morszczuka	4	60g			
	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g			
	ogórek		100g	marchewka julienne		100g			
				* sałatka z mięsem gotowanym, jogurtem i sałata	7	120g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2110; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 1962; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 294;			ENERGIA: 1965; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 290;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-01	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krupnik jaglany na bulionie warzywnym + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
				szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g
				ser biały	7	80g	Ser żółty	7	40g
				Pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		1/2szt.
OBIAD	Rosół z indyka z makaronem i natką pietruszki	1,9	500ml	Rosół z indyka z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
				Polędwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g/150g	Polędwiczka wieprzowa w sosie majerankowym	1,9	120g/150g
				ziemiaki z koperkiem		200g	ziemiaki z koperkiem		200g
				trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		150g	surówka z białej kapusty z olejem		75g
							trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	biszkopty	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	200ml
							musli	1	30g
							mandarynka		1szt.
KOLACJA	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				kielbasa krakowska, drobiowa		60g	pastą z soczewicy i suszonych pomidorów	9	80g
				twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
				sałata		30g	ogórek zielony		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1951; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 249;			ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 303;			ENERGIA: 2138; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 267;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-02	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa grysikowa z kaszą manną + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				Pasta mięsna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g
				marchewka julienne		100g	szynka wiejska		60g
				Masło	7	20g	marchewka julienne		100g
				Bulka weka	1	90g	Masło	7	20g
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Chleb graham	1	90g	
Herbata						Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Pomarańcza		1/2szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna na śmietanie z mięsem drobiowym z warzywami i koperkiem	7,9	500ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
				Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g	Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami	9	300g
				sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
				jabłko pieczone		150g	ogórek konserwowy w słupkach		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
Kompot wielowocowy						Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	Galaretka owocowa		200ml	chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							szynka konserwowa		60g
							ogórek kiszony		100g
KOLACJA	Zupa pomidorowa z ryżem+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bulka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta z białek jaj i szynki	3,7	50g	jajko	3	50g
				serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g
				bukiet warzyw (marchew , kaliafior, brokuł) na parze		100g	Ogórek zielony		100g
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1974; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 251;			ENERGIA: 1959; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 299;			ENERGIA: 2199; BIAŁKO: 104; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 269;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-03	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa ziemniaczana + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
				szynka krucha			60g		
				serek grani	7	150g	Serek wiejski	7	150g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus owocowy		200g	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		100g
OBIAD	Zupa kalafiorowa z kaszą manną na śmietanie, natką pietruszki z mięsem gotowanym	1,7,9	500ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami	1,7,9	400ml	Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z grzankami pełnoziarnistymi	1,7,9	400ml
				Filet z kurczaka pieczony w piecu konwekcyjno - parowym			120g		
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				surówka z marchewki		150g	surówka coleslaw		75g
							surówka z marchewki		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g	Chleb żytni	1	30g
				Masło			7		
							pasta jajeczna	3,7	100g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło			7		
				ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
				połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2004; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 210;			ENERGIA: 2007; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 2248; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 270;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-04	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa ryżowa + masło (20g)	7,9	500ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
				pasta mięsna	9	120g	parówki drobiowe		120g
				pomidor b/s		100g	ketchup		10g
				Masło	7	20g	ogórek konserwowy		100g
				Bułka wrocławska	1	90g	Masło	7	20g
							Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus owocowy		200ml	Banan		1 szt.	Gruszka		1szt.
OBIAD	Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem drobiowym na śmietanie	1,7,9	500ml	Krupnik z kaszą jęczmienną	1,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną	9	400ml
				Pierogi leniwe	1,3,7	300g	Makaron pełnoziarnisty z serem	1,7	300g
				Polewa jogurtowo - owocowa	7	100g	jogurt naturalny	7	100g
				jabłko pieczone		150g	jabłko		1szt.
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							serek wiejski	7	150g
							pomidor		100g
KOLACJA	Rosół + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g
				dżem	7	40g	serek ziołowy	7	40g
				Sałata z jogurtem naturalnym	7	100g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2014; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 231;			ENERGIA: 2004; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 51; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 2210; BIAŁKO: 104; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 265;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-05	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa szpinakowa z ziemniakami + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				twarożek z koperkiem	7	80g	ser żółty	7	40g
				kalafior na parze		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Mandarynki		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa na śmietanie z mięsem z kurczaka i ziemniakami	7,9	500ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną	9	400ml
				Stek wieprzowy, parowany		120g	Stek wieprzowy		120g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				buraki na ciepło	9	150g	buraki na ciepło	9	75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z selera i jabłka	9	75g
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Chleb z ziarnami	1	30g
							Masło	7	5g
							serek fromage	7	80g
KOLACJA	Zupa krem z białych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	40g
				szynka drobiowa		60g	kabanosy		60g
				sałata		100g	ogórek świeży		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2030; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 228;			ENERGIA: 2037; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 321;			ENERGIA: 2241; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 269;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-06	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa brokułowa z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
				ser biały w kostce			7		
				Kielbasa drobiowa		60g	Kielbasa drobiowa		60g
				jabłko pieczone		1szt.	Papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus bananowy		30g	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa jarzynowa z mięsem wieprzowym na śmietanie i ryżem	7,9	500ml	Zupa jarzynowa z ryżem	9	400ml	Zupa jarzynowa z brukselką i ryżem	1,9	400ml
				Morszczuk na parze			4		
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				kalafior na parze		150g	surówka z kiszzonej kapusty		75g
							kalafior na parze		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny		100g	wafle ryżowe		30g	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt naturalny		100g
							Gruszka		1szt.
KOLACJA	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g
				Masło			7		
				pastą mięsna	9	120g	parówki drobiowe na ciepło		120g
				marchewka julienne		100g	ketchup		10g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 1970; BIAŁKO: 88; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 236;			ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 47; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 2198; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 275;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-07	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
				Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g
				Miód		40g	hummus		80g
				sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	kisiel owocowy		200ml	Jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana na śmietanie z mięsem z indyka	7,9	500ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	400ml
				Kaszotto z kaszy jęczmiennej z indykiem i warzywami	1,9	300g	Kaszotto z bulgur z indykiem i warzywami	1,9	300g
				trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		150g	ogórek kiszony		150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	sucharki		30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							ser biały	7	80g
							Rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa koperkowej + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Serek ziarnisty		150g	sałatka z kapusty pekińskiej z warzywami		100g
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				Pomidor b/s	7	80g	ser biały	7	80g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1932; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 1938; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 2148; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 258;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-08 NIEDZIELA	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Rosół z chudym mięsem drobiowym + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4,9	80g
				kielbasa szynkowa		80g	kielbasa szynkowa		60g
			pomidor p/s		100g	papryka		100g	
			Masło	7	20g	Masło	7	20g	
			Bułka weka	1	90g	Chleb żytni	1	90g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy	7	150g	Banan		1szt.	Mandarynki		1 szt.
OBIAD	Zupa zacierkowa z mięsem	1,3,9	500ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa z natką pietruszki	1,3,9	400ml
				Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150 ml	Szarpana wieprzowina duszona w sosie własnym		120g/150ml
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				brokuł		150g	kapusta zasmażana	1,7	75g
							brokuł		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt owocowy	7	100g	jogurt owocowy	7	100g	Musli gruszka	1	30g
							jogurt naturalny	7	100ml
KOLACJA	Zupa z dyni z kaszą manną + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				połędwica miodowa		60g	połędwica miodowa		60g
				serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g
				pomidor b/s		100g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 241;			ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 67; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 295;			ENERGIA: 2188; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 252;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-09	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA			
	PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa z cukini + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	
				serek śmietankowy	7	80g	ser żółty salami	7	40g	
				szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g	
				marchewka julienne		100g	ogórek zielony		100g	
				Masło	7	20g	Masło	7	20g	
				Bułka weka	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Kisiel owocowy	7	150g	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		1szt.	
OBIAD	Barszcz czerwony z jajkiem na śmietanie i mięsem wieprzowym	3,7,9	500ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami i jajkiem	3,9	400ml	
				Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	300g	Makaron a'la carbonara z kurczakiem	1,7,9	300g	
				surówka z marchewki i jabłka		150g	surówka z białej kapusty		75g	
							surówka z marchewki i jabłka		75g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g	
							Masło	7	5g	
							hummus		80g	
							ogórek kiszony		100g	
KOLACJA	Zupa szczawiowa+ żółtko + mięso gotowane z indyka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g	
				Masło	7	20g	Masło	7	20g	
				pasta drobiowa	9	80g	pasta jajeczna	3,7	80g	
							szynka drobiowa		60g	
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 2056; BIAŁKO: 113; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 236;			ENERGIA: 2069; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 300;			ENERGIA: 2199; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 264;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-10	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa krem z białych warzyw+ masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
				twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g
				szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g
				sałata z jogurtem	7	100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bulka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na śmietanie z mięsem gotowanym z szynki wieprzowej	7,9	500ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i majerankiem	1,3,7,9	400ml
				Palki z kurczaka gotowane		2szt.	Palki z kurczaka pieczone		2szt.
				ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g
				marchewka na ciepło	1,7	150g	marchewka na ciepło	1,7	75g
							cukinia na parze		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSILEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	budyń śmietankowy	7	200ml	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt naturalny		100g
							Gruszka		1szt.
KOLACJA	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bulka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta z morszczuka	4	60g	pasta z morszczuka	4	60g
				serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
				marchewka julienne		100g	ogórek		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 118; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 226;			ENERGIA: 1953; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 317;			ENERGIA: 2113; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 264;			

