

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

11.02.2026	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku + miód + masło	7	500ml
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	ser biały	7	150g
	ser biały	7	80g	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	7	100g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mandarynka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa kapuśniak z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
	Pieczeń rzymska	1,3	120g	Kotlet mielony parowany	1,3	120g	Kotlet mielony parowany	1,3	120g
	kasza jęczmienna	1	200g	kasza jęczmienna	1	200g	kasza jęczmienna	1	200g
	surówka z buraczków i cebuli		100g	buraczki na ciepło		100g	buraczki na ciepło		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSILEK NOCNY	Mus wielowocowy		200ml	Mus wielowocowy		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	kielbasa krakowska drobiowa	9	80g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g			
	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g			
				* pasta z białka jaj i jogurtu	3,7	80g			
	sałata		30g	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-12	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
CZWARTEK	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 jęczmienne na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	serek do smarowania	7	80g	serek do smarowania	7	80g	Serek grani	7	150g
	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		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa neapolitańska z makaronem	1,9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml
	Zrazy wieprzowe	1,3	120g	Zrazy wieprzowe	1,3	120g	Zrazy wieprzowe	1,3	120g
	kopytka	1,3	200g	kopytka	1,3	200g	kopytka	1,3	200g
	marchewka z groszkiem na ciepło		100g	marchewka na ciepło		100g	marchewka na ciepło		100g
	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 brokułowa + mięso gotowane z indyka	1,3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	jajko gotowane	7	50g	pasta z białek jaj i szynki	7	80g			
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
	Ogórek zielony		100g	brokuł		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	100g			
	Herbata		250ml	Herbata		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

2026-02-13	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA					
	PIĄTEK	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
	szynka drobiowa			60g	szynka drobiowa			60g	serek fromage	7		150g
	serek fromage	7		80g	serek fromage	7		80g				
	papryka			100g	kalafior			100g				
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	Bułka paryska	1		90g	Bułka paryska	1		90g				
	Herbata			250ml	* pasta z białek jaj i sera	3,7		80g	Herbata			250ml
II ŚNIADANIE	Jabłko			100g	Jabłko pieczone			1szt.				
OBIAD	Zupa krem z dynii	9		400ml	Zupa krem z dynii	9		400ml	Zupa krem z dynii	9		400ml
	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9		120g/ 150ml	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9		120g/ 150ml	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9		120g/ 150ml
	ryż biały			200g	ryż biały			200g	ryż biały			200g
	ogórek kiszony			100g	brokuł na parze			100g	brokuł na parze			100g
	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel			200ml	Kisiel			200ml				
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				
	sałatka z gotowanym kurczakiem, kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem	3		120g	sałatka z gotowanego kurczaka sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7		120g				
	serek ziołowy	7		80g	serek ziołowy	7		80g				
	Herbata			250ml	* serek waniliowy	7		150ml	Herbata			250ml
	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-14	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
SOBOTA	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 (20g)	1,7	500ml
	jajecznica na parze	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* serek wiejski	7	150g	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.			
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
	Makaron z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	300g	Makaron z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	300g	Makaron z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	300g
	surówka z marchewki		100g	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	30g	herbatniki	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	ser żółty	7	40g	ser biały	7	80g			
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g			
	ogórek kiszony		100g	sałata		30g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	150g	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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-15	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAPKOWATA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane + miód + masło	7	500ml
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	serek grani	7	150g
	jajko gotowane	3	60g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g			
	ogórek zielony		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* serek fromage Herbata	7	80g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	gruszka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml
	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	120g	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	120g/ 150ml	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	120g/ 150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z kapusty białej		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka jarzynowa	3,9	120g/ 150ml	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g			
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* maślanka Herbata	7	200ml 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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-16	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	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
	hummus		80g	pasta warzywna	9	80g	pasta warzywna	7	80g
	polędwica sopocka		60g	polędwica sopocka		60g			
	Papryka		100g	brokuł		1szt.			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	babka piaskowa	1,3,7	80g	* jogurt	7	100g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml
	Gulasz wieprzowy z jarzynami	1	150g	Gulasz wieprzowy z jarzynami	1	150g	Gulasz wieprzowy z jarzynami	1	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z kiszzonego ogórka i marchewki		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	30g	sucharki	1	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	* pasta z białek jaj i sera mozzarella light	3,7	40g			
			Herbata		250ml	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

2026-02-17	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
WTOREK	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
	dżem		40g	dżem		40g			
	rzodkiewka		100g	Pomidor b/s		100g			
	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	Pomarańcza		1/2szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml
	Potrawka z kurczaka	1,9	150g	Potrawka z kurczaka	1,9	150g	Potrawka z kurczaka	1,9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	30g	herbatniki	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Bułka weka	1	90g	Zupa koperkowa+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	serek ziarnisty	7	150g	Serek ziarnisty	7	150g			
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g			
	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g			
	Herbata		250ml	* Kefir Herbata	7	200ml 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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-18	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
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	80g	pasta z tuńczyka	4	80g	pasta z tuńczyka	4	150g
	kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		80g			
	papryka konserwowa		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g			
				* ser biały	7	80g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mandarynka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
	ryż zapiekany z jabłkiem		300g	ryż zapiekany z jabłkiem		300g	ryż zapiekany z jabłkiem		300g
	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	150g	budyń waniliowy	7	200ml			
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			
	połędwica miodowa	4	80g	połędwica miodowa	4	80g			
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
	rzodkiewka		100g	sałata z jogurtem	7	100g			
				* wędlina drobiowa		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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-19	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
CZWARTEK									
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż 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	* szynka konserwowa		60g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	gruszka		100g	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		brokuł na parze	brokuł na parze		brokuł na parze
	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 wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* serek waniliowy	7	150g			
			Herbata		250ml	Herbata		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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-20	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PIĄTEK	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 * ser wiejski	1 7	90g 150g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mandarynka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml
	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	120g/ 150ml	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	120g/ 150ml	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	120g/ 150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z kapusty kiszzonej		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	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			
	wędlina drobiowa	4	60g	wędlina drobiowa	4	60g			
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
	ogórek		100g	marchewka juelienne		100g			
				* sałatka z mięsem gotowanym, jogurtem i sałatą	7	120g			
	Herbata		250ml	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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

11.02.2026	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA					
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą na bulionie warzywnym + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml			
	wędlina wieprzowa			60g			wędlina wieprzowa			60g		
	ser biały			7			80g			ser biały	7	80g
	Pomidor b/s			100g			100g			100g		
	Masło			7			20g			Masło	7	20g
	Bułka paryska			1			90g			Chleb z ziarnami	1	90g
	Herbata			250ml			Herbata			250ml	Herbata	250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Mandarynka		1szt.			
OBIAD	Zupa koperkowa ziemniakami na śmietanie z gotowanym mięsem z kurczaka	7,9	500ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami	9	400ml			
	Kotlet mielony parowany			1,3			120g			Pieczeń rzymska	1,3	120g
	kasza jęczmienna			1			200g			kasza jęczmienna	1	200g
	buraczki na ciepło			150g			surówka z buraczków i cebuli			75g		
	Kompot wielowocowy			250ml			Kompot wielowocowy			250ml	brukselka na parze	75g
										Kompot wielowocowy b/c	250ml	
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	Mus wielowocowy		200ml	jogurt	7	100g			
							Bułka grahamka	1	60g			
							banan		1szt.			
KOLACJA	Zupa ziemniaczana + 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			kielbasa krakowska drobiowa			9	80g	
	twarożek z koperkiem			7			80g			twarożek z koperkiem	7	80g
	sałata			30g			sałata			30g		
	Herbata			250ml			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

2026-02-12	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA					
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
ŚNIADANIE	Zupa ryżowa + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml			
				Pasta mięsna	9	80g	serek do smarowania	7	80g			
				Marchewka julienne		100g	dżem		40g			
				Masło	7	20g	marchewka julienne		100g			
				Bułka weka	1	90g	Masło	7	20g			
				Herbata		250ml	Herbata		250ml	Chleb graham	1	90g
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Gruszka		1szt.			
OBIAD	Zupa zacierkowa z gotowanym mięsem wieprzowym	1,3,9	500ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa neapolitańska z makaronem	1,9	400ml			
				Zrazy wieprzowe	1,3	120g	Zrazy wieprzowe	1,3	120g			
				kopytka	1,3	200g	ziemniaki		200g			
				marchewka na ciepło		150g	marchewka z groszkiem na ciepło		75g			
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	ogórek konserwowy		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kefir	7	200ml	Galaretka owocowa		200ml	chleb żytni	1	30g			
KOLACJA	Zupa brokułowa + mięso gotowane z indyka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g			
				Masło	7	20g	Masło	7	20g			
				pasta z białek jaj i szynki	7	80g	jajko gotowane	7	50g			
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
				brokuł		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

2026-02-13	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa koperkowa z ryżem + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml
				szynka drobiowa			60g		
				serek fromage	7	80g	Serek wiejski	7	150g
				kalafior		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		100g
OBIAD	Krem z dyni na śmietanie z makaronem i mięsem wieprzowym gotowanym	7,9	500ml	Zupa krem z dynii	9	400ml	Zupa krem z dynii	9	400ml
				Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	120g/150ml	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	120g/150ml
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				brokuł na parze		150g	ogórek kiszony		75g
							brokuł na parze		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		200ml	Kisiel		200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka z gotowanego kurczaka sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	sałatka z gotowanym kurczakiem, kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem	3	120g
				serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g
	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-14	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krupnik jęczmienny + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				pasta z białek jaj i szynki	9	120g	jajecznica na parze	3	120g
				Masło	7	20g	pomidor		100g
				Bułka wrocławska	1	90g	Masło	7	20g
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	mus bananowy		200ml	Banan		1 szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa na śmietanie z ziemniakami i mięsem z indyka	7,9	500ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
				Makaron z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	300g	Makaron pełnoziarnisty z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	300g
				marchew julienne		150g	surówka z marchewki		150g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							serek wiejski	7	150g
							pomidor		100g
KOLACJA	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				ser biały	7	80g	ser żółty	7	40g
				wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		40g
salata		30g	ogórek kiszony		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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-15	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa szczawiowa z ziemniakami + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
	Herbata		250ml	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
II ŚNIADANIE	budyń	7	200ml	Jabłko pieczone		1szt.	gruszka		1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem na śmietanie z mięsem drobiowym	7,9	500ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	120g/150ml	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	120g
POSIŁEK NOCNY	budyń		200ml	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				kalafior na parze		150g	surówka z kapusty białej		75g
KOLACJA	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	kalafior na parze		75g	kalafior na parze		75g
	Herbata		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
KOLACJA				Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
KOLACJA				sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa	3,9	120g/150ml
				szynka krucha		60g	szynka krucha		60g
KOLACJA				pomidor b/s		100g	pomidor		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

2026-02-16	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
				pasta warzywna	9	80g	hummus		80g
				połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g
				brokuł		1szt.	Papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	babka piaskowa	1,3,7	80g
							Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt	1	100g	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa krem z białych warzyw z kaszą manną i i natką pietruszki na śmietanie z gotowanym mięsem z kurczaka	1,7,9	500ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml
				Gulasz wieprzowy z jarzynami	1	150g	Gulasz wieprzowy z jarzynami	1	150g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				marchewka julienne		150g	surówka z kiszzonego ogórka i marchewki		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
							Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus bananowy		200ml	sucharki	1	30g	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt	1	100g
							pomarańcza		1/2szt.
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	20g	Masło	7	20g
				pasta mięsna	9	120g	parówki drobiowe na ciepło		120g
				marchewka julienne		100g	ketchup		10g
				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

2026-02-17	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą manną+ 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
				dżem		40g	hummus		80g
				Pomidor b/s		100g	rzodkiewka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jogurt owocowy	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Pomarańcza		1/2szt.
OBIAD	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami z gotowanym mięsem wieprzowym na śmietanie.	7,9	500ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml
				Potrąwka z kurczaka	1,9	150g	Potrąwka z kurczaka	1,9	150g
				ryż biały		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				surówka z sałaty i jogurtu	7	150g	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	75g
							surówka z sałaty i jogurtu	7	75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							ser biały	7	80g
							Rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa koperkowa+ 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	7	150g	serek ziarnisty	7	80g
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				marchew julienne		100g	marchew julienne		100g
	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-18	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Rosół jarski + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				pasta z tuńczyka kielbasa szynkowa pomidor b/s Masło Bułka weka	4 80g 100g 7 20g 1 90g	80g 80g 100g 20g 90g	pasta z tuńczyka kielbasa szynkowa papryka konserwowa Masło Chleb żytni	4 60g 100g 7 20g 1 90g	80g 60g 100g 20g 90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	kisiel owocowy		200g	Banan		1szt.	mandarynka		1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem na smietanie i mięsem z indyka	1,9	500ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
				ryż zapiekany z jabłkiem jogurt naturalny	7 200g	300g 150g	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem jogurt naturalny	7 150g	300g 75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	150g	budyń waniliowy	7	200ml	Musli	1	30g
							jogurt naturalny jabłko	7 1szt.	100g
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 polędwica miodowa serek wiejski sałata z jogurtem	7 4 7 7	20g 80g 150g 100g	Masło polędwica miodowa serek wiejski rzodkiewka	7 4 7	20g 80g 150g 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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-19	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA			
	CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa z cukini + masło (20g)	7,9	500ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż 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.	gruszka		100g	
OBIAD	Zupa wielowarzywna na śmietanie z mięsem drobiowym	7,9	500ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	
				Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150 ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml	
				kasza gryczana		200g	jogurt naturalny		200g	
				brokuł na parze		brokuł na parze	brokuł na parze		100g	
							coleslaw	7	75g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g	
							Masło	7	5g	
							pasta z białej fasoli		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 z białek jaj i sera	9	80g	pasta jajeczna	3,7	80g	
				szynka wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-20	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
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
Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Mandarynka		1szt.
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem na śmietanie z mięsem drobiowym	7,9	500ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml
				Steki rybne własnej roboty	1,3,4	120g/150ml	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	120g/150ml
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				kalafior na parze		150g	surówka z kapusty kiszonej		75g
							kalafior na parze		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	płatki wielozbożowe	1	30g
							jogurt	7	100g
KOLACJA	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				wędlina drobiowa	4	60g	wędlina drobiowa	4	60g
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				marchewka juelienne		100g	ogórek		100g
	Herbata		250ml	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;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

11.02.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	Pasta warzywna	9	60g
	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	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
	Kotlet mielony parowany	1,3	120g	Kotlet mielony parowany	3	120g	Sos warzywny	1,3	120g
	kasza jęczmienna	1	200g	kasza gryczana		200g	kasza jęczmienna	1	200g
	buraczki na ciepło		100g	buraczki na ciepło		100g	buraczki na ciepło		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus wielowocowy		200ml	Mus wielowocowy		200ml	Mus wielowocowy		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	dżem		60g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	twarożek z koperkiem	7	80g
	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	twarożek z koperkiem	7	80g	dżem	7	60g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-12	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	wędlina drobiowa		60g	serek do smarowania	7	80g	serek do smarowania	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 zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa warzywna z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Zupa zacierkowa na wywarze warzywnym	1,3,9	400ml
	Zrazy wieprzowe	1,3	120g	Zrazy wieprzowe	3	120g	Pulpecik warzywny w sosie ziołowym	1,3,9	120g/ 150ml
	kopytka	1,3	200g	kluski śląskie	3	200g	kopytka	1,3	200g
	marchewka na ciepło		100g	marchewka na ciepło		100g	marchewka na ciepło		100g
	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 szynki		80g	pasta z białek jaj i szynki	7	80g	twaróg	7	80g
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-13	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na napoju roślinnym		300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
	kalafior		100g	kalafior		100g	kalafior		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	
OBIAD	Zupa krem z dynii	9	400ml	Zupa krem z dynii	9	400ml	Zupa krem z dynii	9	400ml
	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	120g/ 150ml	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	120g/ 150ml	Sos szpinakowy	7,9	120g/ 150ml
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	kisiel		200ml	Kisiel		200ml	Kisiel		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałata z gotowanego kurczaka, pomidora b/s z oliwą z oliwek		120g	sałatka z gotowanego kurczaka sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	sałatka warzywna	9	120g/ 150ml
	pasta warzywna	9	80g	serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-14	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	serek wiejski	7	150g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pasta warzywna	9	80g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	pomidor		100g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Masło	7	20g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Bułka wrocławska	1	90g
							Herbata		1 szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
	Makaron bezglutenowy z mięsem drobiowym	1,9	300g	Makaron bezglutenowy z mięsem drobiowym	9	300g	Makaron z warzywami	1,9	300g
	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	herbatniki	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
	miód		40g	ser biały	7	80g	Serek grani	7	150g
	wędlna wieprzowa		60g	wędlna wieprzowa		60g	miód		40g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-15	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
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	Miód		40g
	Miód		40g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	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		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml	zupa pomidorowa z makaronem b/g	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	400ml
	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3	120g/ 150ml	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	3,7	120g/ 150ml	Pulpety warzywne w sosie szpinakowym	1,3,7	120g/ 150ml
	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	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	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 białkiem jaja i oliwą z oliwek	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 krucha		60g	szynka krucha		60g	twaróg	7	60g
	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

2026-02-16	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	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	pasta warzywna	9	80g	pasta z białka jaj i sera białego	3,7	80g
	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g
	brokuł		1szt.	brokuł		1szt.	brokuł		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 krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa krem z białych warzyw z grzankami bezglutenu	9	400ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml
	Gulasz wieprzowy z jarzynami	1,9	150g	Gulasz wieprzowy z jarzynami	9	150g	Gulasz jarzynowy	1,9	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	sucharki	1	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	dżem		40g
	ketchup		10g	ketchup		10g	serek fromage	7	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

2026-02-17	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	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
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	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 z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	400ml
	Potrąwka z kurczaka	1,9	150g	Potrąwka z kurczaka	9	150g	potrąwka warzywna	9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z sałaty i oliwy		100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	herbatniki	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
	Dżem		40g	Serek ziarnisty	7	150g	Serek ziarnisty	7	150g
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	Dżem		40g
	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-18	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	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	80g	pasta z tuńczyka	4	80g	serek grani	7	150g
	kielbasa szynkowa		80g	kielbasa szynkowa		80g	pasta warzywna	9	80g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/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 pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	zupa pomidorowa z makaronem b/g	1,9	400ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
	ryż zapiekany z jabłkiem		300g	ryż zapiekany z jabłkiem		300g	ryż zapiekany z jabłkiem		300g
	sos owocowy		100g	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy na napoju roślinnym		150ml	budyń waniliowy	7	200ml	budyń waniliowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	połędwica miodowa	4	80g	połędwica miodowa	4	80g	miód		40g
	miód		150g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	sałata z oliwą		100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-19	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	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	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	3	120g/150ml	sos grecki	9	150ml
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	brokuł na parze		brokuł na parze	brokuł na parze		brokuł na parze	brokuł na parze		brokuł na parze
	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
	dżem		40g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	serek wiejski	7	150g
	szynka wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		60g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	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

2026-02-20	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	Pasta warzywna	9	80g	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g
	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g	Pasta warzywna	9	80g
	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 szpinakowa z ryżem	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	400ml
	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	120g	Steki rybne własnej roboty	3,4	120g	Stek warzywny	1,3	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	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	wędlina drobiowa	4	60g	wędlina drobiowa	4	60g	dżem	4	40g
	dżem		150g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	marchewka juelienne		100g	marchewka juelienne		100g	marchewka juelienne		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

11.02.2026	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	Kasza kukurydziana na mleku	7	200ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	250ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	250ml	70
	wędlina wieprzowa		20g	wędlina wieprzowa		40g	wędlina wieprzowa		40g	
	ser biały	7	20g	ser biały	7	30g	ser biały	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	Jabłko		1/2 szt.	Mandarynka		1szt.	Mandarynka		1szt.	7
OBIAD	Zupa kapuśniak z ziemniakami	9	300ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami	9	350ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami	9	350ml	82
	Pieczeń rzymska	1,3	30g	Pieczeń rzymska	1,3	90g	Pieczeń rzymska	1,3	90g	
	kasza jęczmienna	1	100g	kasza jęczmienna	1	180g	kasza jęczmienna	1	180g	
	surówka z buraczków i cebuli		80g	surówka z buraczków i cebuli		100g	surówka z buraczków i cebuli		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	brukselka na parze Kompot wielowocowy b/c		75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	Mus wielowocowy		100ml	Mus wielowocowy		200ml	jogurt	7	150ml	61
							Bułka grahamka	1	20g	
							banan		5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	kielbasa krakowska drobiowa	9	20g	kielbasa krakowska drobiowa	9	40g	kielbasa krakowska drobiowa	9	40g	
	twarożek z koperkiem	7	20g	twarożek z koperkiem	7	60g	twarożek z koperkiem	7	60g	
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 987; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2069; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 57; WĘGLOWODANY: 326;			ENERGIA: 2076; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-12	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 owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	66
	serek do smarowania	7	20g	serek do smarowania	7	60g	serek do smarowania	7	60g	
	dżem		20g	dżem		30g	dżem		40g	
	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	Gruszka		1/2szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	14
OBIAD	Zupa neapolitańska z makaronem	1,9	250ml	Zupa neapolitańska z makaronem	1,9	350ml	Zupa neapolitańska z makaronem	1,9	350ml	82
	Zrazy wieprzowe	1,3	90g	Zrazy wieprzowe	1,3	120g	Zrazy wieprzowe	1,3	120g	
	kopytka	1,3	100g	kopytka	1,3	180g	ziemniaki		180g	
	marchewka z groszkiem na ciepło		80g	marchewka z groszkiem na ciepło		100g	marchewka z groszkiem na ciepło		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	ogórek konserwowy		75g	
							Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	24
						Masło	7	5g		
						polędwica sopocka		40g		
						rzodkiewka		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 gotowane	7	20g	jajko gotowane	7	50g	jajko gotowane	7	50g	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	60g	serek wiejski	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: 67; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 327;			ENERGIA: 2248; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 261;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-13	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	4
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	200ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	67
	szynka drobiowa		20g	szynka drobiowa		40g	szynka drobiowa		40g	
	serek fromage	7	20g	serek fromage	7	100g	Serek wiejski	7	100g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		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 krem z dynii	9	300ml	Zupa krem z dynii	9	350ml	Zupa krem z dynii	9	350ml	102
	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	30g/60 ml	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	90g/100 ml	Pulpety rybne w sosie koperkowym	4,9	90g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		180g	
	ogórek kiszony		80g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	brokuł na parze		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		100ml	Kisiel		150ml	Chleb żytni	1	20g	18
							Masło	7	5g	
							pasta z białek jaj i sera	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	
	serek ziolowy	7	20g	serek ziolowy	7	60g	serek ziolowy	7	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: 59; WĘGLOWODANY: 322;			ENERGIA: 2153; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 248;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-14	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	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	200ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	72
	jajecznica na parze	3	40g	jajecznica na parze	3	70g	jajecznica na parze	3	70g	
	pomidor		10g	pomidor		10g	pomidor		10g	
			40g							
	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	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	300ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	350ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	350ml	99
	Makaron z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	220g	Makaron z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	250g	Makaron pełnoziarnisty z warzywami i mięsem drobiowym	1,9	250g	
	surówka z marchewki		40g	surówka z marchewki		100g	surówka z marchewki		100g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	22
							Masło	7	5g	
							serek wiejski	7	100g	
							pomidor		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	43
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	40g	ser żółty	7	40g	
	wędlina wieprzowa		20g	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	
	ogórek kiszony		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1002; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 118;			ENERGIA: 2098; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 294;			ENERGIA: 2090; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 242;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-15	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	300ml	78
	Wędlina drobiowa jajko gotowane	3	20g	Wędlina drobiowa jajko gotowane	3	30g	Wędlina drobiowa jajko gotowane	3	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	gruszka		1/2szt.	gruszka		1szt.	gruszka		1szt.	6
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	300ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	350ml	Zupa pomidorowa z makaronem	1,9	350ml	93
	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	30g/60 ml	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	90g/100 ml	Rolada z kurczaka ze szpinakiem	1,3,7	90g/100 ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z kapusty białej		80g	surówka z kapusty białej		100g	surówka z kapusty białej		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	kalafior na parze		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	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	3,9	40g	sałatka jarzynowa	3,9	100g	sałatka jarzynowa	3,9	100g	
	szynka krucha		40g	szynka krucha		20g	szynka krucha		20g	
	papryka		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1006; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 116;			ENERGIA: 2145; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 338;			ENERGIA: 2151; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-16	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4	
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku hummus połędwica sopocka Papryka Masło Chleb z ziarnami Herbata	1,7	200ml 20g 20g 40g 10g 60g 150g	Kasza kuskus na mleku hummus połędwica sopocka Papryka Masło Chleb z ziarnami Herbata	1,7	250ml 60g 40g 100g 20g 90g 250ml	Kasza kuskus na mleku hummus połędwica sopocka Papryka Masło Chleb z ziarnami Herbata	1,7	250ml 60g 40g 100g 20g 90g 250ml	70	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	24	
OBIAD	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym Gulasz wieprzowy z jarzynami ziemniaki z koperkiem surówka z kiszzonego ogórka i marchewki Kompot wielowocowy	1,9	300ml 90g 100g 80g 150ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym Gulasz wieprzowy z jarzynami ziemniaki z koperkiem surówka z kiszzonego ogórka i marchewki Kompot wielowocowy	1,9	350ml 120g 180g 100g 250ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym Gulasz wieprzowy z jarzynami ziemniaki z koperkiem surówka z kiszzonego ogórka i marchewki fasolka na parze Kompot wielowocowy b/c	1,9	350ml 120g 180g 75g 75g 250ml	75	
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	100ml	sucharki	1	150ml	Chleb graham Masło jogurt pomarańcza	1 7 1	20g 5g 150ml 1/2szt.	25	
KOLACJA	Chleb pszenny Masło parówki drobiowe na ciepło ketchup marchewka julienne Herbata	1 7 7	60g 10g 40g 10g 100g 150ml	Chleb pszenny Masło parówki drobiowe na ciepło ketchup marchewka julienne Herbata	1 7	90g 20g 70g 10g 100g 250ml	Chleb żytni razowy Masło parówki drobiowe na ciepło ketchup marchewka julienne Herbata	1 7	90g 20g 70g 10g 100g 250ml	60	
			ENERGIA: 927; BIAŁKO: 34; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 106;				ENERGIA: 2063; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 57; WĘGLOWODANY: 309;				
							ENERGIA: 2051; BIAŁKO: 92; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 254;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-17	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	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	
	dżem		20g	dżem		30g	hummus		30g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	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	Pomarańcza		1/4szt.	Pomarańcza		1/2szt.	Pomarańcza		1/2szt.	12
OBIAD	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	300ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	350ml	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami	9	350ml	80
	Potrawka z kurczaka	1,9	30g/60 ml	Potrawka z kurczaka	1,9	90g	Potrawka z kurczaka	1,9	90g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	80g	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	100g	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z sałaty i jogurtu	7	75g	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	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	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	twarożek	7	20g	twarożek	7	60g	twarożek	7	60g	
	szynka gotowana		20g	szynka gotowana		40g	szynka gotowana		40g	
	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g	
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 965; BIAŁKO: 21; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 125;			ENERGIA: 2287; BIAŁKO: 85; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 343;			ENERGIA: 2291; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 266;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-18	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	Płatki jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	71
	pasta z tuńczyka	4	20g	pasta z tuńczyka	4	60g	pasta z tuńczyka	4	60g	
	kiełbasa szynkowa		20g	kiełbasa szynkowa		40g	kiełbasa szynkowa		40g	
	papryka		40g	papryka konserwowa		100g	papryka konserwowa		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	mandarynka		1/2szt.	mandarynka		1szt.	mandarynka		1szt.	10
OBIAD	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	250ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	92
	ryż zapiekany z jabłkiem		220g	ryż zapiekany z jabłkiem		280g	Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem		280g	
	jogurt naturalny	7	60ml	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	80ml	budyń waniliowy	7	100ml	Musli	1	20g	20
						jogurt naturalny	7	100g		
						jabłko		100ml		
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	
	połudwica miodowa	4	20g	połudwica miodowa	4	40g	połudwica miodowa	4	40g	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	100g	serek wiejski	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: 84; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 337;			ENERGIA: 2230; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 253;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-19	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	Ryż na mleku	7	200ml	Ryż na mleku	7	250ml	Ryż 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	gruszka		1/2szt.	gruszka		1szt.	gruszka		1szt.	16
OBIAD	Zupa selerowa z ziemniakami	9	250ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	350ml	71
	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	30g/60 ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	90g/100 ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	90g/100 ml	
	kasza gryczana		100g	kasza gryczana		180g	jogurt naturalny		100g	
	brokuł na parze		80g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	colesław	7	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	
							pasta z białej fasoli		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 wieprzowa		20g	szynka wieprzowa		40g	szynka wieprzowa		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: 67; WĘGLOWODANY: 280;			ENERGIA: 2039; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 234;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-20	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	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	Mandarynka		1/2szt.	Mandarynka		1szt.	Mandarynka		1szt.	5
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem	9	250ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	350ml	Zupa szpinakowa z ryżem	9	350ml	91
	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	30g	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	90g	Steki rybne własnej roboty	1,3,4	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z kapusty kiszanej		80g	surówka z kapusty kiszanej		100g	surówka z kapusty kiszanej		75g	
							kalafior na parze		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	płatki wielozbożowe	1	20g	24
						jogurt	7	150ml		
						jabłko		1szt. 5g		
KOLACJA	Chleb razowy	1	60g	Chleb razowy	1	90g	Chleb razowy	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	wędlina drobiowa	4	20g	wędlina drobiowa	4	60g	wędlina drobiowa	4	60g	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	60g	serek wiejski	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: 67; WĘGLOWODANY: 280;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 90; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 251;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy