

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-21	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA			
	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	1,7	500ml	
	Pasta z tuńczyka	4	80g	Pasta z tuńczyka	4	80g	Ser biały twarogowy	7	80g	
	Ser biały twarogowy	7	80g	Ser biały twarogowy	7	80g				
	Rzodkiewka		100g	Pomidor b/s		100g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g				
	Herbata		250ml	* wędlina wieprzowa Herbata		60g 250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.				
OBIAD	Barszcz czerwony z białą fasolą ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	
	Makaron z serem	1,7	300g	Makaron z serem	1,7	300g	Makaron z serem	1,7	300g	
	sos jogurtowo - owocowy	7	100g	sos jogurtowo - owocowy	7	100g	sos jogurtowo - owocowy	7	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 jarzynowa z makaronem + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	ser wiejski	7	150g	ser wiejski	7	150g				
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g				
	Brokuł na parze		100g	* pasta z białka jaj i jogurtu	3,7	80g				
	Herbata		250ml	Brokuł na parze		100g				
			Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 2203; BIAŁKO: 82; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 330;			ENERGIA: 2003; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 300;			ENERGIA: 1960; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 289;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

22.02.202	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA				
	NIEDZIELA	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		
	Parówki drobiowe na ciepło		120g	Parówki drobiowe na ciepło		120g	Serek grani	7	150g		
	Musztarda		10g	Ketchup		10g					
	papryka		100g	marchewka julienne		100g					
	Masło	7	20g	Masło	7	20g					
	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g					
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	100g	Herbata		250ml		
Herbata		250ml	Herbata		250ml						
II ŚNIADANIE	mandarynka		1szt.	Banan		1szt.					
OBIAD	Rosół z makaronem	1,3,9	400ml	Rosół z makaronem	1,3,9	400ml	Rosół z makaronem	1,3,9	400ml		
	Udko z kurczaka pieczone		1szt.	Udko z kurczaka gotowane		1szt.	Udko z kurczaka gotowane		1szt.		
	Ziemniaki z koperkiem		200g	Ziemniaki z koperkiem		200g	Ziemniaki z koperkiem		200g		
	surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym	7	100g	szpinak na ciepło	7	100g	szpinak na ciepło	7	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 ziemniaczana + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml		
	Masło	7	20g	Masło	7	20g					
	Pasta z twarogu i szynki	7	80g	Pasta z twarogu i szynki	7	80g					
	Miód		40g	Miód		40g					
	Ogórek zielony		100g	Rukola		30g					
				* ser mozzarella light	7	40g					
	Herbata		250ml	Herbata		250ml				Herbata	
ENERGIA: 2159; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 313;				ENERGIA: 1959; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 284;				ENERGIA: 1960; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 289;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-23	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE								
	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku + miód + masło	7	500ml
	Kielbasa żywiecka		60g	Kielbasa żywiecka		60g	Ser biały	7	150g
	Dżem		40g	Dżem		40g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
Herbata		250ml	* sałatka capresse Herbata	7	150g 250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	jablko		100g	Jablko pieczone		1szt.			
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami	1,9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Gołąbki bez zawijania	9	300g	Gołąbki bez zawijania	9	300g	Gołąbki bez zawijania	9	300g
	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń waniliowy	7	200ml	Budyń waniliowy	7	200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa szczawiowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta mięsna	1,3,9	80g	pasta mięsna	9	80g			
	Serek wiejski	7	150g	Serek wiejski	7	150g			
	sałata		30g	sałata		30g			
				* ser biały	7	80g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2105; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 300;			ENERGIA: 1905; BIAŁKO: 66; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 271;			ENERGIA: 1903; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 262;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-24	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA					
	WTOREK	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 (20g)	7	500ml			
	Pasta jajeczna	3	80g	Pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g	Pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g			
	Polędwica miodowa		60g	Polędwica miodowa		60g						
	Pomidor		100g	pomidor b/s		30g						
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g						
				* Maślanka	7	200ml						
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
II ŚNIADANIE	banan		1/2 szt.	Banan		1 szt.						
OBIAD	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	400ml			
	Filet z indyka pieczony w ziołach		120g	Filet z indyka pieczony w ziołach		120g	Filet z indyka pieczony w ziołach		120g			
	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g			
	colesław	7	100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	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 z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g						
	Ser żółty	7	40g	dżem		40g						
	Salata		30g	Salata		30g						
	Herbata		250ml	* serek wiejski	7	150g				Herbata		250ml
			Herbata		250ml							
	ENERGIA: 2201; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 324;			ENERGIA: 2001; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 295;			ENERGIA: 2004; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 280;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-25	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAPKOWATA			
	ŚRODA	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	
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	Serek śmietankowy	7	80g	
	Serek śmietankowy	7	80g	Serek śmietankowy	7	80g				
	ogórek konserwowy		100g	marchewka julienne		100g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g				
	Herbata		250ml	* Jogurt naturalny	7	100g	Herbata		250ml	
Herbata			Herbata		250ml					
II ŚNIADANIE	gruszka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.				
OBIAD	Zupa gulaszowa z ziemniakami	1,9	400ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami	9	400ml	
	Kotleciki z soczewicy	1,3	120g	Kotlety warzywne	1,3	120g	Kotlety warzywne	1,3	120g	
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	
	marhewka na ciepło	7	100g	marhewka na ciepło		100g	marhewka na ciepło		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				
	ser żółty	7	40g	serek fromage	7	80g				
	Szynka drobiowa		60g	Szynka drobiowa		60g				
	Pomidor		100g	Pomidor b/s		100g				
	* ser biały			* ser biały	7	80g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml				Herbata
	ENERGIA: 2222; BIAŁKO: 72; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 328;			ENERGIA: 2022; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 298;			ENERGIA: 1933; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 299;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-26	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA				
	CZWARTEK	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	1,7	500ml		
	Twarożek z koperkiem	7	80g	Twarożek z koperkiem	7	80g	Twarożek z koperkiem	3,7	80g		
	Kielbasa krakowska		60g	Kielbasa krakowska drobiowa		60g					
	Papryka		100g	Trio na parze (brokuł, kalafior, marchew)		100g					
	Masło	7	20g	Masło	7	20g					
	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g					
	Herbata		250ml	* ser biały	7	80g	Herbata			250ml	
Herbata			Herbata		250ml						
II ŚNIADANIE	pomarańcza		1/2szt.	Banan		1szt.					
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	400ml		
	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml		
	kasza jęczmienna	1	200g	kasza jęczmienna	1	200g	kasza jęczmienna	1	200g		
	buraki na ciepło		100g	buraki na ciepło		100g	buraki na ciepło		100g		
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml		
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml					
KOLACJA	Chleb pszenny	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa dyniowa + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml		
	Masło	7	20g	Masło	7	20g					
	Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g					
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g					
	Salata		30g	Salata		30g					
	Herbata		250ml	* serek fromage	7	80g					
	Herbata			Herbata		250ml				Herbata	
ENERGIA: 2125; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 324;				ENERGIA: 1925; BIAŁKO: 67; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 293;				ENERGIA: 1933; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 299;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-27	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAPKOWATA				
	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 + miód + masło	1,7	500ml		
	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	3,7	80g		
	Miód		40g	Miód		40g					
	sałata		30g	sałata		30g					
	Masło	7	20g	Masło	7	20g					
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g					
	Herbata			250ml	* ser śmietankowy	7	80g	Herbata			250ml
	Herbata			Herbata			Herbata			250ml	
II ŚNIADANIE	Jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.					
OBIAD	Zupa solferino z ziemniakami	9	400ml	Zupa krem wielowarzywny z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa krem wielowarzywny z ziemniakami i koperkiem	9	400ml		
	Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym	4,7	120g	Morszczuk w sosie śmietanowym	4,7	120g	Morszczuk w sosie śmietanowym	4,7	120g		
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g		
	szpinak		100g	szpinak		100g	szpinak		100g		
	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	suchary	1	30g	suchary	1	30g					
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Bułka weka	1	90g	Zupa z cukini z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml		
	Masło	7	20g	Masło	7	20g					
	serek wiejski	7	150g	Serek wiejski	7	150g					
	Polędwica sopocka		60g	Polędwica sopocka		60g					
	Ogórek zielony		100g	Pomidor b/s		100g					
	Herbata			250ml	* wędlina drobiowa		60g	Herbata			250ml
	Herbata			250ml	Herbata		250ml	Herbata			250ml
	ENERGIA: 2236; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 280;			ENERGIA: 2021; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 288;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-28	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA			
	SOBOTA	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	
	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	3,7	80g	
	szynka wiejska		60g	szynka wiejska		80g				
	papryka		100g	brokuł na parze		100g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Chleb żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g				
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i sera białego Herbata	3,7	80g 250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Banan		1szt.				
OBİAD	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml	
	Gulasz jarski z ciecierzycą	1,9	150g	Gulasz jarski - warzywny	1,9	150g	Gulasz jarski - warzywny	1,9	150g	
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	
	surówka z selera i ananasa	9	100g	surówka z selera i ananasa	9	100g	surówka z selera i ananasa	9	100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml				
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa dyniowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	pasta z tuńczyka	4	80g	pasta z tuńczyka	4	80g				
	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g				
	rzodkiewka		100g	sałata		30g				
	Herbata		250ml	*wędlina drobiowa Herbata		60g 250ml				
ENERGIA: 2145; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 295;				ENERGIA: 1945; BIAŁKO: 72; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 267;				ENERGIA: 1947; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 267;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-21	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krupnik jęczmienny na bulionie warzywnym + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				Pasta z tuńczyka	4	80g	Pasta z tuńczyka	4	80g
				Ser biały twarogowy	7	80g	Ser biały twarogowy	7	80g
				Pomidor b/s		100g	Rzodkiewka		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		1szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki na śmietanie z gotowanym mięsem z kurczaka	7,9	500ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Barszcz czerwony z białą fasolą ziemniakami i koperkiem	9	400ml
				Makaron z serem	1,7	300g	Makaron pełnoziarnisty z serem	1,7	300g
				sos jogurtowo - owocowy	7	100g	Jogurt naturalny	7	100g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	Biszkopty	1,3,7	30g	Jogurt naturalny	7	100g
							Musli	1	30g
							Mandarynka		1szt.
KOLACJA	Zupa jarzynowa z makaronem + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				ser wiejski	7	150g	ser wiejski	7	150g
				wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
				Brokuł na parze		100g	Brokuł na parze		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1998; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 255;			ENERGIA: 2005; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 301;			ENERGIA: 2197; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 263;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

22.02.202	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa grysikowa z kaszą manną + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	Herbata		250ml	Pasta mięsna	9	120g	Parówki drobiowe na ciepło		120g
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	marchewka julienne		100g	Musztarda		10g
				Masło	7	20g	papryka		100g
OBIAD	Zupa zacierkowa z mięsem drobiowym	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Masło	7	20g
	Kompot wielowocowy		250ml	Herbata		250ml	Chleb graham	1	90g
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100ml	Rosół z makaronem	1,3,9	400ml	Herbata		250ml
				Udło z kurczaka gotowane		1szt.	mandarynka		1szt.
KOLACJA	Zupa ziemniaczana + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Ziemniaki z koperkiem		200g	surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym	7	75g
	Herbata		250ml	szpinak na ciepło	7	150g	szpinak na ciepło	7	75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
				Galaretka owocowa		200ml	wędlina wieprzowa		60g
				Bułka grahamka			Bułka grahamka	1	30g
				Masło			Masło	7	5g
				Pasta z twarogu i szynki	7	80g	Ogórek zielony		100g
				Miód		40g			
				Rukola		30g			
				Herbata		250ml			
	ENERGIA: 1965; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 250;			ENERGIA: 1950; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2162; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 259;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-23	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
PONIEDZIAŁEK									
ŚNIADANIE	Zupa ryżowa + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
				Kielbasa żywiecka		60g	Kielbasa żywiecka		60g
				Dżem		40g	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		200ml	Jabłko pieczone		1szt.	jabłko		100g
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ziemniakami na smietanie i mięsem wieprzowym gotowanym	7,9	500ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Barszcz biały z ziemniakami	1,9	400ml
				Gołąbki bez zawijania	9	300g	Gołąbki bez zawijania	9	300g
				sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
				Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		150g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń waniliowy	7	200ml	Budyń waniliowy	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							Salatka jarzynowa	3,7,9	100g
KOLACJA	Zupa szczawiowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta mięsna	9	80g	pasta mięsna	9	80g
				Serek wiejski	7	150g	Serek wiejski	7	150g
				sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 1904; BIAŁKO: 95; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 219;			ENERGIA: 1907; BIAŁKO: 66; TŁUSZCZ: 50; WĘGLOWODANY: 296;			ENERGIA: 2097; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 246;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-24	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa marchewkowa z kaszą jaglaną + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
				Pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g	Pasta jajeczna	3	80g
				Polędwica miodowa		60g	Polędwica miodowa		60g
				pomidor b/s		30g	Pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Banan		1 szt.	banan		1/2 szt.
OBIAD	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą manną, mięsem z indyka + śmietana	1,7,9	500ml	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	400ml
				Filet z indyka pieczony w ziołach		120g	Filet z indyka pieczony w ziołach		120g
				ziemniaki		200g	ziemniaki		200g
				Salata z jogurtem naturalnym	7	150g	coleslaw	7	75g
							Salata z jogurtem naturalnym	7	75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	kisiel owocowy		200ml	galaretka owocowa		200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							ser biały	7	80g
						pomidor		100g	
KOLACJA	Zupa brokułowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
				dżem		40g	Ser żółty	7	40g
				Salata		30g	Salata		30g
		Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata	
	ENERGIA: 2007; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 231;			ENERGIA: 1997; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 51; WĘGLOWODANY: 319;			ENERGIA: 2207; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 270;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-25	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa koperkowa z ryżem + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
				wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g
				Serek śmietankowy	7	80g	Serek śmietankowy	7	80g
				marchewka julienne		100g	ogórek konserwowy		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	150g	Jabłko pieczone		1szt.	gruszka		1szt.
OBIAD	Zupa jarzynowa z ziemniakami i z mięsem wieprzowym na śmietanie	7,9	500ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami	1,9	400ml
				Kotlety warzywne	1,3	120g	Kotleciki z soczewicy	1,3	120g
				kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
				marhewka na ciepło		150g	marhewka na ciepło		75g
				ogórek konserwowy		75g	ogórek konserwowy		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Chleb z ziarnami	1	30g
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
				serek fromage	7	80g	ser żółty	7	40g
				Szynka drobiowa		60g	Szynka drobiowa		60g
				Pomidor b/s		100g	Pomidor		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2017; BIAŁKO: 100; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 227;			ENERGIA: 2024; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 51; WĘGLOWODANY: 324;			ENERGIA: 2218; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 272;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-26	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa koperkowa + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				Twarożek z koperkiem	7	80g	Twarożek z koperkiem	7	80g
				Kielbasa krakowska drobiowa		60g	Kielbasa krakowska		60g
				Trio na parze (brokuł, kalafior, marchew)		100g	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		200ml	Banan		1szt.	pomarańcza		1/2szt.
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki na śmietanie + gotowane mięso z kurczaka	1,7,9	500ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	400ml
				Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	120g/150 ml	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml
				kasza jęczmienna	1	200g	kasza jęczmienna	1	200g
				buraki na ciepło		150g	buraki na ciepło		75g
							surówka z białej kapusty		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt naturalny	7	100ml
							Gruszka		1szt.
KOLACJA	Zupa dyniowa + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g
				wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g
				Salata		30g	Salata		30g
		Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata	
	ENERGIA: 1931; BIAŁKO: 86; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 1919; BIAŁKO: 67; TŁUSZCZ: 46; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2127; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 271;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-27	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
				Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g
				Miód		40g	hummus		80g
				sałata		30g	sałata		30g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		1szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ziemniakami na śmietanie + mięso gotowane	7,9	500ml	Zupa krem wielowarzywna z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa solferino z ziemniakami	9	400ml
				Morszczuk w sosie śmietanowym	4,7	120g	Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym	4,7	120g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				szpinak		150g	szpinak		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z kapusty kiszonej		75g
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	suchary	1	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							Wędlina drobiowa		60g
							Rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa z cukini z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				Polędwica sopocka		60g	Polędwica sopocka		60g
				Pomidor b/s		100g	Ogórek zielony		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2032; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 244;			ENERGIA: 2038; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 56; WĘGLOWODANY: 306;			ENERGIA: 2225; BIAŁKO: 111; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 250;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-28	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
SOBOTA									
ŚNIADANIE	Rosół jarski + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
				szynka wiejska		80g	szynka wiejska		60g
				brokuł na parze		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.	Gruszka		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ryżem na śmietanie z mięsem z indyka gotowanym	7,9	500ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml
				Gulasz jarski - warzywny	1,9	150g	Gulasz jarski z ciecierzycą	1,9	150g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				surówka z selera i ananasa	9	150g	surówka z selera i ananasa	9	150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							* pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g
							pomidor		100g
KOLACJA	Zupa dyniowa z ziemniakami + 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
				pasta z tuńczyka	4	80g	pasta z tuńczyka	4	80g
				serek grani	7	150g	serek grani	7	150g
				sałata		30g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 241;			ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 72; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 290;			ENERGIA: 2154; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 242;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-21	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	Pasta z tuńczyka	4	80g	Pasta z tuńczyka	4	80g	Pasta warzywna	9	80g
	Pasta warzywna	9	80g	Ser biały twarogowy	7	80g	Ser biały twarogowy	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	Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Makaron	1	300g	Makaron bezglutenowy z serem	7	300g	Makaron z serem	1,7	300g
	sos owocowy		100g	sos jogurtowo - owocowy	7	100g	sos jogurtowo - owocowy	7	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
	dżem		150g	ser wiejski	7	150g	ser wiejski	7	150g
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	dżem		150g
	Brokuł na parze		100g	Brokuł na parze		100g	Brokuł na parze		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

22.02.202	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	Parówki drobiowe na ciepło		120g	Parówki drobiowe na ciepło		120g	Pasta warzywna	9	80g
	Ketchup		10g	Ketchup		10g	ser biały	7	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	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Rosół z makaronem	1,3,9	400ml	Rosół jarski z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Rosół jarski z makronem	1,3,9	400ml
	Udko z kurczaka gotowane		1szt.	Udko z kurczaka gotowane		1szt.	Pulpecik warzywny w sosie ziołowym	1,3,9	120g/ 150ml
	Ziemniaki z koperkiem		200g	Ziemniaki z koperkiem		200g	Ziemniaki z koperkiem		200g
	szpinak na ciepło	7	100g	szpinak na ciepło	7	100g	szpinak na ciepło	7	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
	pastą z szynki		80g	Pasta z twarogu i szynki	7	80g	twaróg	7	80g
	Miód		40g	Miód		40g	Miód		40g
	Rukola		30g	Rukola		30g	Rukola		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-23	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na napoju roślinnym		300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
	Kielbasa żywiecka		60g	Kielbasa żywiecka		60g	Pasta warzywna	9	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	
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
	Gołąbki bez zawijania	9	300g	Gołąbki bez zawijania	9	300g	Gołąbki jarskie bez zawijania	9	300g
	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń waniliowy na napoju roślinnym		200ml	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
	pasta mięsna	9	80g	pasta mięsna	9	80g	miód		40g
	miód		40g	Serek wiejski	7	150g	Serek wiejski	7	150g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-24	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na napoju roślinnym		300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
	pasta z białek jaj i jogurt wegańskiego	3	80g	Pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g	Pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g
	Polędwica miodowa		60g	Polędwica miodowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pomidor b/s		30g	pomidor b/s		30g	pomidor b/s		30g
	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.
OBİAD	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z kaszą kukurydzianą	9	400ml	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	400ml
	Filet z indyka pieczony w ziołach		120g	Filet z indyka pieczony w ziołach		120g	Sos śmietankowy		150ml
	ziemniaki		200g	ziemniaki	3	200g	ziemniaki		200g
	Sałata z oliwą		100g	Sałata z jogurtem naturalnym	7	100g	Sałata z jogurtem naturalnym	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSİLEK 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
	wędłina drobiowa		60g	wędłina drobiowa		60g	Serek grani	7	150g
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	Sałata		30g	Sałata		30g	Sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-25	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	Miód		40g
	Miód		40g	Serek śmietankowy	7	80g	Serek śmietankowy	7	80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		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 jarzynowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami	9	400ml
	Kotlety warzywne	1,3	120g	Kotlety warzywne	3	120g	Kotlety warzywne	1,3	120g
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	marhewka na ciepło		100g	marhewka na ciepło		100g	marhewka na ciepło		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
	pasta warzywna	9	80g	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
	Szynka drobiowa		60g	Szynka drobiowa		60g	pasta warzywna	9	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

2026-02-26	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	Twarożek z koperkiem	7	80g	Twarożek z koperkiem	7	80g
	Kiełbasa krakowska drobiowa		60g	Kiełbasa krakowska drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	Trio na parze (brokuł, kalafior, marchew)		100g	Trio na parze (brokuł, kalafior, marchew)		100g	Trio na parze (brokuł, kalafior, marchew)		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 grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	400ml
	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	9	120g/150ml	Plastry schabu w sosie pieczeniowym		120g/150ml	Kaszotto wegetariańskie	1,9	300g
	kasza jęczmienna	1	200g	kasza gryczana		200g	buraki na ciepło		100g
	buraki na ciepło		100g	buraki na ciepło		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
	Salatka z gotowanego ryżu, pomidora b/s i oliwy z oliwek		120g	Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	Salatka z gotowanego ryżu, pomidora b/s, sera mozzarelli light i jogurtu naturalnego	7	120g
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	serek fromage	7	80g
	Salata		30g	Salata		30g	Salata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-27	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 kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kuskus 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		30g	sałata		30g	sałata		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 krem wielowarzywny z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa krem wielowarzywny z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa krem wielowarzywny z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Morszczuk w sosie śmietanowym	4,7	120g	Morszczuk w sosie śmietanowym	4,7	120g	Pulpet z marchewki i białek jaj w sosie tymiankowym	3	120g/ 150ml
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	szpinak		100g	szpinak		100g	szpinak		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSILEK NOCNY	suchary	1	30g	wafle ryżowe		30g	suchary	1	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 wiejski	7	150g	Serek wiejski	7	150g
	Polędwica sopocka		60g	Polędwica 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

2026-02-28	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	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 warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka wiejska		80g	szynka wiejska		80g	pasta warzywna	9	80g
	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		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 ryżem i z koperkiem	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	400ml
	Gulasz jarski - warzywny	1,9	150g	Gulasz jarski - warzywny	9	150g	Gulasz jarski - warzywny	1,9	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z selera i ananasa	9	100g	surówka z selera i ananasa	9	100g	surówka z selera i ananasa	9	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt wegański	7	150ml	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
	pasta z tuńczyka	4	80g	pasta z tuńczyka	4	80g	miód		40g
	miód		150g	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	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

2026-02-21	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	70
	Pasta z tuńczyka	4	20g	Pasta z tuńczyka	4	60g	Pasta z tuńczyka	4	60g	
	Ser biały twarogowy	7	20g	Ser biały twarogowy	7	60g	Ser biały twarogowy	7	60g	
	Rzodkiewka		40g	Rzodkiewka		100g	Rzodkiewka		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		1/2szt.	jabłko		1szt.	jabłko		1szt.	15
OBIAD	Barszcz czerwony z białą fasolą ziemniakami i koperkiem	9	250ml	Barszcz czerwony z białą fasolą ziemniakami i koperkiem	9	350ml	Barszcz czerwony z białą fasolą ziemniakami i koperkiem	9	350ml	81
	Makaron z serem	1,7	220g	Makaron z serem	1,7	280g	Makaron pełnoziarnisty z serem	1,7	280g	
	sos jogurtowo - owocowy	7	60ml	sos jogurtowo - owocowy	7	100ml	Jogurt naturalny	7	100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Biszkopty	1,3,7	15g	Biszkopty	1,3,7	30g	Jogurt naturalny	7	100g	
							Musli	1	20g	
							Mandarynka		1szt.	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	68
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	ser wiejski	7	20g	ser wiejski	7	100g	ser wiejski	7	100g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	Brokuł na parze		40g	Brokuł na parze		100g	Brokuł na parze		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1001; BIAŁKO: 25; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 137;			ENERGIA: 2200; BIAŁKO: 55; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 357;			ENERGIA: 2207; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 257;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

22.02.202	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 orkiszowe na mleku	1,7	200ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	65
	Parówki drobiowe na ciepło		40g	Parówki drobiowe na ciepło		70g	Parówki drobiowe na ciepło		70g	
	Ketchup		10g	Ketchup		10g	Musztarda		10g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		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	mandarynka		1/2szt.	mandarynka		1szt.	mandarynka		1szt.	10
OBIAD	Rosół z makaronem	1,3,9	250ml	Rosół z makaronem	1,3,9	350ml	Rosół z makaronem	1,3,9	350ml	81
	Mięso z ud kurczaka w sosie własnym		90g	Udka z kurczaka pieczone		1szt.	Udka z kurczaka pieczone		1szt.	
	Ziemniaki z koperkiem		100g	Ziemniaki z koperkiem		180g	Ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym	7	80g	surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym	7	100g	surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym	7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	szpinak na ciepło Kompot wielowocowy b/c	7	75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	wędlina wieprzowa		40g	23
							Bułka grahamka	1	20g	
							Masło	7	5g	
							Ogórek zielony		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	68
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Pasta z twarogu i szynki	7	20g	Pasta z twarogu i szynki	7	60g	Pasta z twarogu i szynki	7	60g	
	Miód		20g	Miód		30g	Ser żółty	7	30g	
	Ogórek zielony		40g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 979; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 135;			ENERGIA: 2152; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 290;			ENERGIA: 2144; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 270;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-23	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 gryczane na mleku	7	200ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	75
	Kielbasa żywiecka		20g	Kielbasa żywiecka		40g	Kielbasa żywiecka		40g	
	Dżem		20g	Dżem		30g	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		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	jabłko		1/2szt.	jabłko		1 szt.	jabłko		1 szt.	14
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami	1,9	300ml	Barszcz biały z ziemniakami	1,9	350ml	Barszcz biały z ziemniakami	1,9	350ml	89
	Gołąbki bez zawijania	9	220g	Gołąbki bez zawijania	9	280g	Gołąbki bez zawijania	9	280g	
	sos pomidorowy		60ml	sos pomidorowy		80ml	sos pomidorowy		80ml	
	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		80g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	Bukiet warzyw na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	
	Kompot wielowocowy		200ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Budyń waniliowy	7	100ml	Budyń waniliowy	7	150ml	Chleb żytni	1	20g	18
							Masło	7	5g	
							Salatka jarzynowa	3,7,9	80g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta mięsna	1,3,9	20g	pasta mięsna	1,3,9	60g	pasta mięsna	9	60g	
	Serek wiejski	7	20g	Serek wiejski	7	100g	Serek wiejski	7	100g	
	sałata		15g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 952; BIAŁKO: 28; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 124;			ENERGIA: 2094; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 309;			ENERGIA: 2101; BIAŁKO: 94; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 247;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-24	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 jaglana na mleku	7	200ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	71
	Pasta jajeczna	3	20g	Pasta jajeczna	3	60g	Pasta jajeczna	3	60g	
	Polędwica miodowa		20g	Polędwica miodowa		40g	Polędwica miodowa		40g	
	Pomidor		40g	Pomidor		100g	Pomidor		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.	10
OBIAD	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	250ml	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami	1,9	350ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	350ml	103
	Filet z indyka pieczony w ziołach		30g/60ml	Filet z indyka pieczony w ziołach		90g/100ml	Filet z indyka pieczony w ziołach		90g/100ml	
	ziemniaki		100g	ziemniaki		180g	ziemniaki		180g	
	colesław	7	80g	colesław	7	100g	colesław	7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Salata z jogurtem naturalnym Kompot wielowocowy b/c	7	75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	galaretka owocowa		80g	galaretka owocowa		100g	Chleb żytni	1	20g	22
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	43
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	Ser żółty	7	20g	Ser żółty	7	30g	Ser żółty	7	30g	
	Salata		20g	Salata		30g	Salata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1000; BIAŁKO: 25; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 137;			ENERGIA: 2208; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 325;			ENERGIA: 2200; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 249;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-25	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 owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	78
	Wędlina drobiowa		20g	Wędlina drobiowa		40g	Wędlina drobiowa		40g	
	Serek śmietankowy	7	20g	Serek śmietankowy	7	60g	Serek śmietankowy	7	60g	
	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		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	gruszka		1/2szt.	gruszka		1szt.	gruszka		1szt.	6
OBİAD	Zupa gulaszowa z ziemniakami	1,9	250ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami	1,9	350ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami	1,9	350ml	104
	Kotleciki warzywne	1,3	30g	Kotleciki z warzywne	1,3	90g	Kotleciki z warzywne	1,3	90g	
	kasza gryczana		100g	kasza gryczana		180g	kasza gryczana		180g	
	marhewka na ciepło	7	80g	marhewka na ciepło	7	100g	marhewka na ciepło		75g	
	Kompot wielowocowy		200ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		100ml	Kisiel owocowy		150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	16
							Masło	7	5g	
							ser biały	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	
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	Szynka drobiowa		20g	Szynka drobiowa		40g	Szynka drobiowa		40g	
	Pomidor		40g	Pomidor		100g	Pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1011; BIAŁKO: 25; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 126;			ENERGIA: 2208; BIAŁKO: 66; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 320;			ENERGIA: 2214; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 255;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-26	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 jęczmienne na mleku	1,7	200ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	70
	Twarożek z koperkiem	7	20g	Twarożek z koperkiem	7	60g	Twarożek z koperkiem	7	60g	
	Kielbasa krakowska		20g	Kielbasa krakowska		40g	Kielbasa krakowska		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	pomarańcza		1/4szt.	pomarańcza		1/2szt.	pomarańcza		1/2szt.	24
OBIAD	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	250ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	350ml	Zupa grysikowa z ziemniakami i natką pietruszki	1,9	350ml	80
	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	90g	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	90g/100ml	Plastry schabu w sosie pieczeniowym	1	90g/100ml	
	kasza jęczmienna	1	100g	kasza jęczmienna	1	180g	kasza jęczmienna	1	180g	
	buraki na ciepło		80g	buraki na ciepło		100g	buraki na ciepło		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	Chleb graham	1	20g	25
							Masło	7	5g	
							jogurt baturalny	7	150ml	
							Gruszka		1szt.	
KOLACJA	Chleb pszenny	1	60g	Chleb pszenny	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g	60
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	serek fromage	7	20g	Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	100g	Salatka z gotowanego kurczaka, ryżu, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	100g	
	wędlina wieprzowa		20g	wędlina wieprzowa		40g	wędlina wieprzowa		40g	
	Salata		20g	Salata		30g	Salata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 962; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 122;			ENERGIA: 2125; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2113; BIAŁKO: 95; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 259;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-27	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	Kasza kuskus na mleku	1,7	200ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	Kasza kuskus 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		40g	sałata		30g	sałata		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		1/2szt.	Jabłko		1szt.	Jabłko		1szt.	12
OBIAD	Zupa solferino z ziemniakami	9	250ml	Zupa solferino z ziemniakami	9	350ml	Zupa solferino z ziemniakami	9	350ml	95
	Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym	4,7	30g/60 ml	Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym	4,7	90g	Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym	4,7	90g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		180g	
	szpinak		80g	szpinak		100g	szpinak		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z kapusty kiszonej Kompot wielowocowy b/c		75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	suchary	1	100ml	suchary	1	150ml	Chleb żytni	1	20g	47
							Masło	7	5	
							Wędlina drobiowa		40g	
KOLACJA							Rzodkiewka		100g	60
	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	twarożek	7	20g	twarożek	7	60g	twarożek	7	60g	
	Polędwica sopocka		20g	Polędwica sopocka		40g	Polędwica sopocka		40g	
	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 1018; BIAŁKO: 22; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 132;			ENERGIA: 2233; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 329;			ENERGIA: 2237; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 281;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-02-28	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 jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	71
	serek śmietankowy	7	20g	serek śmietankowy	7	60g	serek śmietankowy	7	60g	
	szynka wiejska		20g	szynka wiejska		40g	szynka wiejska		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	Gruszka		1/2szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	10
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	300ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	350ml	Zupa kalafiorowa z ryżem i z koperkiem	9	350ml	101
	Gulasz jarski z ciecierzycą	1,9	90g	Gulasz jarski z ciecierzycą	1,9	120g	Gulasz jarski z ciecierzycą	1,9	120g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z selera i ananasa	9	80g	surówka z selera i ananasa	9	80g	surówka z selera i ananasa	9	80g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	Chleb żytni	1	20g	20
							Masło	7	5g	
							* pasta z białek jaj i sera białego	3,7	150ml	
							pomidor		100g	
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	
	pasta z tuńczyka	4	20g	pasta z tuńczyka	4	60g	pasta z tuńczyka	4	60g	
	serek grani	7	20g	serek grani	7	100g	serek grani	7	100g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 972; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 126;			ENERGIA: 2138; BIAŁKO: 85; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 315;			ENERGIA: 2123; BIAŁKO: 100; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 262;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy