

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-21	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA					
	SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku	7		300ml	Kasza jaglana na mleku	7		300ml	Kasza jaglana na mleku + miód + masło	7		500ml
	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9		80g	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9		80g	ser biały	7		150g
	ser żółty	7		40g	ser biały	7		80g				
	pomidor			100g	Pomidor b/s			100g				
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	Bułka paryska	1		90g	Bułka paryska	1		90g				
					* jogurt naturalny	7		100g				
	Herbata			250ml	Herbata			250ml	Herbata			250ml
II ŚNIADANIE	pomarańcza			1/2szt.	Jabłko pieczone			1szt.				
OBIAD	Zupa gulaszowa z ziemniakami	9		400ml	Zupa ziemniaczana	9		400ml	Zupa ziemniaczana	9		400ml
	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7		300g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7		300g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7		300g
	sos jogurtowy	7		100ml	sos jogurtowy	7		100ml	sos jogurtowy	7		100ml
	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy			250ml	Kisiel owocowy			250ml				
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				
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9		80g	kielbasa krakowska, drobiowa			60g				
	serek ziołowy	7		80g	serek ziołowy	7		80g				
					* pasta z białka jaj i jogurtu	3,7		80g				
	ogórek kiszony			30g	marchewka julienne			30g				
	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

2026-03-22	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g	Serek 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		60g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml
	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	buraczki na ciepło	1,7	100g	buraczki na ciepło	1,7	100g	buraczki na ciepło	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretką owocowa		200ml	Galaretką owocowa		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa pomidorowa z ryżem+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	szynka z indyka		60g	szynka z indyka		60g			
	ser żółty	7	80g	ser żółty	7	80g			
	Ogórek zielony		100g	brokuł		100g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i jogurtu Herbata	3,7	801g 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

2026-03-23	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku + miód + masło	7	500ml
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g	serek grani	7	150g
	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g			
	papryka		100g	kalafior		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
				* pasta z białek jaj i ryby	3,4,7	80g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
	Makaron ze szpinakiem	1	300g	Makaron ze szpinakiem	1	300g	Makaron ze szpinakiem	1	300g
	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	100ml			
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, pomidorem, sałatą i jogurtem	7	120g	sałatka z gotowanym kurczakiem, pomidorem, sałatą i jogurtem	7	120g			
	szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g			
				* serek śmietankowy	7	80g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	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

2026-03-24	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku + miód + masło (20g)	1,7	500ml
	jajecznica na parze	3	120g	pasta z białek jaj i sera	3,7	120g	pasta z białek jaj i sera	3,7	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
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1 szt.			
OBIAD	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	400ml
	Filet z kurczaka parowany		120g	Filet z kurczaka, parowany		120g	Filet z kurczaka, parowany		120g
	puree ziemniaczane	7	200g	puree ziemniaczane	7	200g	puree ziemniaczane	7	200g
	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	100g	pomidory b/s z jogurtem	7	100g	pomidory b/s z jogurtem	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Barszcz czerwony + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta tuńczyka i jajka	3,4	80g	pasta z tuńczyka i białka jaj	3,4	80g			
	kielbasa krakowska drobiowa		60g	kielbasa krakowska drobiowa		60g			
	papryka		100g	sałata		20g			
	Herbata		250ml	* serek wiejski	7	150g			
Herbata		250ml	Herbata		250ml	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

2026-03-25	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane + miód + masło	7	500ml
	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g	serek grani	7	150g
	pasta z szynki i jajka	3	100g	pasta z szynki i białka jaj	3	100g			
	ogórek zielony		100g	sałata z jogurtem	7	100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* wędlina wieprzowa Herbata		60g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa grochowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa wiosenna z ziemniakami	9	400ml	Zupa wiosenna z ziemniakami	9	400ml
	Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/150ml	Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/150ml	Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z marchewki i jabłka		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		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			
	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g			
	ser gouda	7	40g	ser biały do smarowania	7	80g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* serek fromage Herbata	7	80g 250ml			
ENERGIA: 2245; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 325;			ENERGIA: 2035; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 295;			ENERGIA: 1967; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 305;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-26	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA			
	CZWARTEK	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	
	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		80g	
	jajko gotowane	3	60g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g				
	Papryka		100g	pomidor b/s		1szt.				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g				
	babka piaskowa	1,3,7	80g	* ser biały	7	80g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	pomarańcza		1/2szt.	Banan		1szt.				
OBIAD	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	400ml	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	400ml	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	400ml	
	Gulasz wieprzowy	1	150g	Gulasz wieprzowy	1	150g	Gulasz wieprzowy	1	150g	
	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g	
	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml				
KOLACJA	Chleb pszenny	1	90g	Bułka weka	1	90g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	
	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 białego	3,7	80g	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-27	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	3,7	80g
	Miód		40g	Miód		40g			
	sałata		30g	sałata		30g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
	Herbata		250ml	*ser biały Herbata	7	80g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml
	Mintaj w ziołach	4	120g	Mintaj w ziołach	4	120g	Mintaj w ziołach	4	120g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	brukselka na parze		100g	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml			
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			
	pomidor		100g	Pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i sera białego Herbata	3,7	80g 250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2159; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 313;			ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 281;			ENERGIA: 1932; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 275;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-28	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
	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	Gruszka			1szt.	Banan			1szt.				
OBİAD	Zupa ryżowa	9		400ml	Zupa ryżowa	9		400ml	Zupa ryżowa	9		400ml
	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1		150g	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1		150g	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1		150g
	ziemniaki z koperkiem			200g	ziemniaki z koperkiem			200g	ziemniaki z koperkiem			200g
	surówka z czerwonej kapusty			100g	kalafior na parze			100g	kalafior na parze			100g
	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1,7		30g	sucharki	1,7		30g				
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			80g	połędwica miodowa			80g				
	serek typu grani	7		150g	serek typu grani	7		150g				
	rzodkiewka			100g	sałata z jogurtem	7		100g				
					*wędlina wieprzowa			60g				
Herbata			250ml	Herbata			250ml	Herbata			250ml	
	ENERGIA: 2179; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 1945; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 272;			ENERGIA: 1948; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 268;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-29	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
NIEDZIELA									
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7	500ml
	ser żółty	7	40g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g			
	ogórek zielony		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i ryby	3,4	150g	Herbata		250ml
Herbata			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Banan		100g	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	400ml	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	400ml	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	400ml
	Potrąwka warzywna	1,7,9	150g	Potrąwka warzywna	1,7,9	150g	Potrąwka warzywna	1,7,9	150g
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	colesław	7	100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIEŁEK 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			
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* serek wiejski	7	150g			
Herbata			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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-30	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	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	1	90g			
	Herbata		250ml	* wędlina drobiowa		60g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Mandarynka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml
	Szynka w sosie własnym		120g/150ml	Szynka w sosie własnym		120g/150ml	Szynka w sosie własnym		120g/150ml
	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g
	surówka z białej kapusty z warzywami		100g	szpinak		100g	szpinak		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			
	pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g			
	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g			
	pomidor		100g	marchewka julienne		100g			
				* pasta z białka jaja i szynki	3	80g			
	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-31 WTOREK	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku + miód + masło	7	500ml
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	80g
	szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g			
	rzodkiewka		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb pszenno-żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	pasta z białka jaj i dorsza	3,4	80g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa selerowa z ziemniakami	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 brokuł na parze		200g 10g	kasza gryczana brokuł na parze		200g 100g	kasza gryczana brokuł na parze		200g 100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy	7	200ml	Kisiel owocowy	7	200ml			
KOLACJA	Chleb razowy	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	hummus		80g	pasta mięsna	9	80g			
	ser biały w plastrach	7	80g	ser biały w plastrach	7	80g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* szynka wiejska		60g	Herbata		250ml
				Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2256; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 327;			ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 291;			ENERGIA: 2001; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 275;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-21	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Krupnik jaglany na bulionie warzywnym + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
				pasta z tuńczyka i warzyw	4,9	80g	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9	80g
				ser biały	7	80g	ser żółty	7	40g
				Pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	pomarańcza		1/2szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana na śmietanie z gotowanym mięsem z kurczaka	1,7,9	500ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami	9	400ml
				Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7	300g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7	300g
				sos jogurtowy	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml
						150g			
Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		250ml	jogurt naturalny	7	100g
							Bułka grahamka	1	60g
							gruszka		1szt.
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
				kielbasa krakowska, drobiowa		60g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	80g
				serek zielony	7	80g	serek zielony	7	80g
				marchewka julienne		30g	ogórek kiszony		30g
				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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-22	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 jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml			
				Pasta mięsna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g			
				Marchewka julienne		100g	dżem		40g			
				Masło	7	20g	marchewka julienne		100g			
				Bułka weka	1	90g	Masło	7	20g			
				Herbata		250ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Gruszka		1szt.			
OBIAD	Zupa grysikowa na rosole z mięsem drobiowym	1,9	500ml	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml	Zupa krem pomidorowy z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	400ml			
				Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g			
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g			
				buraczki na ciepło	1,7	150g	buraczki na ciepło	1,7	75g			
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	salata z jogurtem	7	75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSILEK NOCNY	budyń	7	200ml	Galaretko owocowa		200ml	chleb żytni	1	30g			
							Masło	7	5g			
							szynka wiejska		60g			
							ogórek kiszony		100g			
KOLACJA	Zupa pomidorowa z ryżem+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g			
				Masło	7	20g	Masło	7	20g			
				szynka z indyka		60g	szynka z indyka		60g			
				ser żółty	7	80g	ser żółty	7	80g			
				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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-23	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
PONIEDZIAŁEK									
ŚNIADANIE	Zupa ziemniaczana + masło (20g)	7,9	500ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
				szynka krucha		60g	szynka krucha		60g
				serek grani	7	150g	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	Sok owocowy		250ml	Jabłko pieczone		1szt.	Mandarynki		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami na śmietanie i mięsem wieprzowym gotowanym	7,9	500ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami	9	400ml
				Makaron ze szpinakiem	1	300g	Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem	1	300g
				trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		150g	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	100ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							pasta z białek jaj i ryby	3,4	100g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka z gotowanym kurczakiem, pomidorem, sałatą i jogurtem	7	120g	sałatka z gotowanym kurczakiem, pomidorem, sałatą i jogurtem	7	120g
				szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g
	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

2026-03-24	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA				
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Zupa ryżowa + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml		
				pasta z białek jaj i sera	3,7	120g	jajecznica na parze	3	120g		
Herbata			250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
II ŚNIADANIE	Mus owocowy		200ml	Banan		1 szt.	Banan		1szt.		
OBIAD	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą manną, mięsem z indyka + śmietana	1,7,9	500ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	400ml		
Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY		7	200ml	budyń	7	200ml	Chleb żytni	1	30g		
							Masło	7	5g		
							serek wiejski	7	150g		
KOLACJA	Barszcz czerwony + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g		
				Masło	7	20g	Masło	7	20g		
				pasta z tuńczyka i białka jaj	3,4	80g	pasta tuńczyka i jajka	3,4	80g		
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

2026-03-25	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA					
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
ŚNIADANIE	Zupa szpinakowa z ziemniakami + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml			
				ser biały	7	80g	ser biały	7	80g			
				pasta z szynki i białka jaj	3	100g	pasta z szynki i jajka	3	100g			
				sałata z jogurtem	7	100g	ogórek zielony		100g			
				Masło	7	20g	Masło	7	20g			
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g			
				* wędlina wieprzowa								
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny	7	150g	Jabłko pieczone		1szt.	Gruszka		1szt.			
OBIAD	Zupa wiosenna z ziemniakami na śmietanie i z mięsem drobiowym	1,7,9	500ml	Zupa wiosenna z ziemniakami	9	400ml	Zupa grochowa z ziemniakami	9	400ml			
				Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/ 150ml	Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/1 50ml			
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g			
				marchewka julienne		150g	surówka z marchewki i jabłka		75g			
							fasolka na parze		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			
							Masło	7	5g			
							serek fromage	7	80g			
							ogórek zielony		100g			
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			
				połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g			
				ser biały do smarowania	7	80g	ser gouda	7	40g			
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g			
				Herbata		250ml	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

2026-03-27	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
				Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g
				Miód		40g	hummus		80g
				sałata		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	Budyń śmietankowy	7	200ml	Jabłko pieczone		1szt.	jabłko		1szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami na śmietanie + mięso gotowane	7,9	500ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml
				Mintaj w ziołach	4	120g	Mintaj w ziołach	4	120g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				surówka z buraków		150g	surówka z buraków		75g
				brukselka na parze		75g	brukselka na parze		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
				Masło	7	5	Masło	7	5
				ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
				Rzodkiewka		100g	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
				Pomidor b/s		100g	pomidor		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. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-28	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
				pasta z tuńczyka	4	80g	pasta z tuńczyka	4	80g
				kielbasa szynkowa		80g	kielbasa szynkowa		60g
				pomidor b/s		100g	papryka konserwowa		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 ryżowa z koperkiem i mięsem z indyka gotowanym	9	500ml	Zupa ryżowa	9	400ml	Zupa ryżowa	9	400ml
				Poleđwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1	150g	Poleđwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1	150g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		75g
				kalafior na parze		150g	sałata lodowa z oliwą		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z czerwonej kapusty		75g
							Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1,7	30g	sucharki	1,7	30g	Musli	1	30g
							mandarynka		1szt.
							jogurt naturalny	7	100ml
KOLACJA	Zupa z dyni z kaszą manną + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				poleđwica miodowa		80g	poleđwica miodowa		80g
				serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g
				sałata z jogurtem	7	100g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 241;			ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 67; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 295;			ENERGIA: 2188; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 252;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-29	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA					
	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
NIEDZIELA												
ŚNIADANIE	Zupa z cukini + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml			
				serek śmietankowy	7	80g	ser żółty	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			
II ŚNIADANIE	Kisiel owocowy	7	150g	Jabłko pieczone		1szt.	Banan		100g			
OBIAD	Rosół z lanym ciastem i z mięsem drobiowym gotowanym	1,3,9	500ml	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	400ml	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	400ml			
				Potrawka warzywna	1,7,9	150g	Potrawka warzywna	1,7,9	150g			
				kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g			
				brokuł		150g	coleslaw	7	75g			
							brokuł		75g			
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
				POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	30g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1
							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 drobiowa	9	80g	pasta jajeczna	3,7	80g			
							wędlina drobiowa		60g			
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g			
				Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2056; BIAŁKO: 113; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 236;			ENERGIA: 2069; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 300;			ENERGIA: 2199; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 264;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-30	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa krem z białych warzyw+ masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
				twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g
				szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g
				sałata z jogurtem	7	100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				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 pomidorowa z makaronem na śmietanie z mięsem gotowanym z szynki wieprzowej	1,7,9	500ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml
				Szynka w sosie własnym		120g/150 ml	Szynka w sosie własnym		120g/150 ml
				ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g
				szpinak		150g	surówka z białej kapusty z warzywami		75g
							szpinak		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	płatki wielozbożowe	1	30g
							jogurt	7	100ml
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
				pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g
				serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
				marchewka julienne		100g	pomidor		100g
					Herbata		250ml	Herbata	
	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-31 WTOREK	DIETA PŁYNNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa marchewkowa + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g
				pomidor b/s		100g	rzodkiewka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Budyń	7	200ml	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		1szt.
OBIAD	Zupa selerowa na śmietanie z ziemniakami i mięsem wieprzowym	7,9	500ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml
				Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml
				kasza gryczana brokuł na parze		200g 150g	kasza gryczana brokuł na parze		200g 75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy	7	200ml	Kisiel owocowy	7	200ml	chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							ser żółty	7	40g
							ogórek kiszony		100g
KOLACJA	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta mięsna	9	80g	hummus		80g
				ser biały w plastrach	7	80g	ser biały w plastrach	7	80g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1932; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 1938; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 2181; BIAŁKO: 81; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 300;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

21.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	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 tuńczyka i warzyw	4,9	80g	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9	80g	Pasta warzywna	9	80g
	Pasta warzywna	9	80g	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
	Pomidor b/s		100g	Pomidor b/s		100g	Pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1	300g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	7	300g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7	300g
	sos ziołowy		100ml	sos jogurtowy	7	100ml	sos jogurtowy	7	100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		250ml	Kisiel owocowy		250ml	Kisiel owocowy		250ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	60g
	marchewka julienne		30g	marchewka julienne		30g	marchewka julienne		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

22.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	Marchewka julienne		100g	Marchewka julienne		100g	Marchewka julienne		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml	Krupnik jaglany	9	400ml	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml
	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g	Kotlet wieprzowy, parowany	3	150g	Pulpecik warzywny w sosie ziołowym	1,3,9	120g/ 150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	buraczki na ciepło	1	100g	buraczki na ciepło	7	100g	buraczki na ciepło	1,7	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
	pasta z szynki		60g	szynka z indyka		60g	miód		40g
	miód		40g	ser żółty	7	80g	ser żółty	7	80g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

23.03.2026 PONIEDZIAŁEK	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na napoju roślinnym		300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g
	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		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
	Makaron ze szpinakiem	1	300g	Makaron bezglutenowy ze szpinakiem		300g	Makaron ze szpinakiem	1	300g
	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g	trio na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń waniliowy na napoju roślinnym		100ml	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	100ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałata z gotowanym kurczakiem, pomidorem i oliwą		120g	sałatka z gotowanym kurczakiem, pomidorem, sałatą i jogurtem	7	120g	ser biały	7	80g
	szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g	miód		40g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	marchewka julienne		100g
						Herbata		250ml	

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

24.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	pasta z białek jaj i oliwy	3	120g	pasta z białek jaj i sera	3,7	120g	pasta z białek jaj i sera	3,7	120g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1 szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.
OBIAD	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą kukurydzianą	9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	400ml
	Filet z kurczaka, parowany		120g	Filet z kurczaka, parowany		120g	Sos śmietankowy		150ml
	puree ziemniaczane		200g	puree ziemniaczane	3	200g	puree ziemniaczane	7	200g
	pomidory z oliwą		100g	pomidory b/s z jogurtem	7	100g	pomidory b/s z jogurtem	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	mus owocowy		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
	pasta z tuńczyka i białka jaj	3,4	80g	pasta z tuńczyka i białka jaj	3,4	80g	dżem		40g
	kielbasa krakowska drobiowa		60g	kielbasa krakowska drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	sałata		20g	sałata		20g	sałata		20g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

25.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	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
	pasta z szynki i białka jaj	3	80g	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
	Miód		40g	pasta z szynki i białka jaj	3	100g	miód		40g
	sałata		30g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczycwo 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 wiosenna z ziemniakami	9	400ml	Zupa wiosenna z ziemniakami	9	400ml	Zupa wiosenna z ziemniakami	9	400ml
	Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/ 150ml	Szynka wieprzowa w sosie własnym		120g/ 150ml	Pulpety warzywne w sosie szpinakowym		120g/ 150ml
	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	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczycwo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	polędwica sopocka		60g	polędwica sopocka		60g	ser biały do smarowania	7	80g
	pasta warzywna	9	80g	ser biały do smarowania	7	80g	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

26.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kaszakuskus na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g	szynka pieczona		60g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	szynka pieczona		60g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g
	pomidor b/s		1szt.	pomidor b/s		1szt.	pomidor b/s		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 dyniowa z kasza kuskus	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą kukurydzianą		400ml	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	400ml
	Gulasz wieprzowy	1,9	150g	Gulasz wieprzowy	9	150g	Gulasz warzywny	1,9	150g
	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g
	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy z napojem roślinnym		200ml	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml
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	pasta warzywna	9	80g
	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

27.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kaszamanna na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Ser biały plastry	7	80g
	Miód		40g	Miód		40g	Miód		40g
	sałata		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	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	400ml
	Mintaj w ziołach	4	120g	Mintaj w ziołach	4	120g	Pulpet z marchewki i białek jaj w sosie tymiankowym	3	120g/ 150ml
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń na napoju jaglanym		200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Dżem		40g	Serek ziarnisty	7	150g	Serek ziarnisty	7	150g
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		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

28.03.2026	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 z tuńczyka	4	80g	pasta z tuńczyka	4	80g	pasta warzywna	9	80g
	kiełbasa szynkowa		80g	kiełbasa szynkowa		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 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 ryżowa	9	400ml	Zupa ryżowa	9	400ml	Zupa ryżowa	9	400ml
	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1	150g	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym		150g	Sos warzywno - ziołowy	1	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z czerwonej kapusty		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	sucharki	1,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	polędwica miodowa		80g	polędwica miodowa		80g	miód		40g
	miód		150g	serek typu grani	7	150g	serek typu grani	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

29.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	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
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g	pasta warzywna	9	80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	400ml	Rosół na wywarze warzywnym z makaronem bezglutenowym i koperkiem	9	400ml	Rosół jarski z lanym ciastem	1,3,9	400ml
	Filet z kurczaka w sosie ziołowym		150g	Filet z kurczaka w sosie ziołowym	7	150g	sos śmietankowy	7	150ml
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	biszkopty	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta warzywna	9	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	serek wiejski	7	150g
	wędlina drobiowa		60g	wędlina 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

30.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza jaglana 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		30g	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 pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	400ml
	Szynka w sosie własnym		120g/150ml	Szynka w sosie własnym		120g/150ml	Sos warzywny		150ml
	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g
	szpinak		100g	szpinak		100g	szpinak		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
	pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g	dżem	4	40g
	dżem		80g	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

31.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na napoju roślinnym	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g	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	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	400ml
	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g/150ml	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	3	120g/150ml	Gulasz warzywny	1	120g/150ml
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	brokuł		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy	7	200ml	Kisiel owocowy	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	dżem	9	40g
	dżem		80g	ser biały w plastrach	7	80g	ser biały w plastrach	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

21.03.2026	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku	7	200ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	70
	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9	20g	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9	60g	pasta z tuńczyka i warzyw	4,9	60g	
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	pomarańcza		1/4szt.	pomarańcza		1/2szt.	pomarańcza		1/2szt.	7
OBIAD	Zupa gulaszowa z ziemniakami	9	300ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa gulaszowa z ziemniakami	9	350ml	82
	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7	220g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7	280g	Kotlety ziemniaczano-warzywne	1,7	280g	
	sos jogurtowy	7	60ml	sos jogurtowy	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		100ml	Kisiel owocowy		200ml	jogurt naturalny	7	150ml	
						Bułka grahamka	1	20g		
						gruszka		5g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	20g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	60g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	60g	
	serek ziolowy	7	20g	serek ziolowy	7	60g	serek ziolowy	7	60g	
	ogórek kiszony		30g	ogórek kiszony		30g	ogórek kiszony		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 987; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2069; BIAŁKO: 51; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 284;			ENERGIA: 2076; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

22.03.2026	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 jęczmienne na mleku	1,7	200ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	66
	serek śmietankowy	7	20g	serek śmietankowy	7	60g	serek śmietankowy	7	60g	
	dżem		20g	dżem		30g	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 grysikowa na rosole	1,9	250ml	Zupa grysikowa na rosole	1,9	350ml	Zupa krem pomidorowy z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	350ml	82
	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	90g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	150g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	buraczki na ciepło	1,7	80g	buraczki na ciepło	1,7	100g	buraczki na ciepło	1,7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	sałata z jogurtem	7	75g	
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	24
							Masło	7	5g	
							szynka wiejska		40g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	chleb żytni		100g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	szynka z indyka		20g	szynka z indyka		60g	szynka z indyka		60g	
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 996; BIAŁKO: 27; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 122;			ENERGIA: 2256; BIAŁKO: 112; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 259;			ENERGIA: 2248; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 261;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

23.03.2026	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	Ryż na mleku	7	200ml	Ryż na mleku	7	250ml	Ryż na mleku	7	250ml	67
	szynka krucha		20g	szynka krucha		40g	szynka krucha		40g	
	serek grani	7	20g	serek grani	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	Mandarynki		1/2szt.	Mandarynki		1szt.	Mandarynki		1szt.	10
OBIAD	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami	9	250ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami	9	350ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami	9	350ml	102
	Makaron ze szpinakiem	1	220g	Makaron ze szpinakiem	1	280g	Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem	1	280g	
	Curry na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		40g	Curry na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g	Curry na parze z oliwą (marchew, brokuł, kalafior)		100g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	150ml	Chleb żytni	1	20g	18
							Masło	7	5g	
							pasta z białek jaj i ryby	3,4	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	
	szynka wiejska		20g	szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 914; BIAŁKO: 27; TŁUSZCZ: 36; WĘGLOWODANY: 119;			ENERGIA: 2146; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 263;			ENERGIA: 2153; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 248;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

24.03.2026	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	72
	jajecznica na parze	3	40g	jajecznica na parze	3	70g	jajecznica na parze	3	70g	
	pomidor		10g	pomidor		10g	pomidor		10g	
	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 krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	300ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami	1,9	350ml	Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	350ml	99
	Filet z kurczaka parowany		30g/60ml	Filet z kurczaka parowany		90g/100ml	Filet z kurczaka parowany		90g/100ml	
	puree ziemniaczane	7	100g	puree ziemniaczane	7	180g	puree ziemniaczane	7	180g	
	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	80g	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	100g	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	80g	budyń	7	100g	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	
	wędlina drobiowa	3,4	20g	wędlina drobiowa	3,4	40g	wędlina drobiowa	3,4	40g	
	kielbasa krakowska drobiowa		20g	kielbasa krakowska drobiowa		60g	kielbasa krakowska drobiowa		60g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1002; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 118;			ENERGIA: 2098; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 90; WĘGLOWODANY: 246;			ENERGIA: 2090; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 242;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

25.03.2026	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	Płatki gryczane na mleku	7	200ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	78
	Wędlina drobiowa	7	20g	Wędlina drobiowa	7	40g	Wędlina drobiowa	7	40g	
	pasta z szynki i jajka	3	20g	pasta z szynki i jajka	3	30g	pasta z szynki i jajka	3	30g	
	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 grochowa z ziemniakami	9	300ml	Zupa grochowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa grochowa z ziemniakami	9	350ml	93
	Szynka wieprzowa w sosie własnym		30g/60 ml	Szynka wieprzowa w sosie własnym		90g/100 ml	Szynka wieprzowa w sosie własnym		90g/100 ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z marchewki i jabłka		80g	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	fasolka na parze		75g	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		100ml	Kisiel owocowy		150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	16
							Masło	7	5g	
							serek fromage	7	60g	
							ogórek zielony		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	połudwica sopocka		40g	połudwica sopocka		100g	połudwica sopocka		100g	
		7		ser gouda	7	20g	ser gouda	7	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: 100; WĘGLOWODANY: 247;			ENERGIA: 2151; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

26.03.2026	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
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	200ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	70
	szynka pieczona		20g	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g	
	jajko gotowane	3	20g	jajko gotowane	3	40g	jajko gotowane	3	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		1/2szt.	pomarańcza		1/2szt.	pomarańcza		1/2szt.	24
OBIAD	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	300ml	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	350ml	Zupa dyniowa z kasza kuskus	1	350ml	75
	Gulasz wieprzowy	1	100g	Gulasz wieprzowy	1	120g	Gulasz wieprzowy	1	120g	
	ziemniaki		100g	ziemniaki		180g	ziemniaki		180g	
	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		80g	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		100g	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	150ml	Chleb graham	1	20g	25
						Masło	7	5g		
						jogurt naturalny	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	
	parówki drobiowe na ciepło	7	40g	parówki drobiowe na ciepło		70g	parówki drobiowe na ciepło		70g	
	ketchup		10g	ketchup		10g	ketchup		10g	
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 927; BIAŁKO: 34; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 106;			ENERGIA: 2063; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 258;			ENERGIA: 2051; BIAŁKO: 92; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 254;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

27.03.2026	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 manna na mleku	1,7	200ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	67
	Pasta mięsna	9	20g	Pasta mięsna	9	60g	Pasta mięsna	9	60g	
	Miód		20g	Miód		30g	hummus		30g	
	sałata		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		1/4szt.	jabłko		1/2szt.	jabłko		1/2szt.	12
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	300ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	350ml	Barszcz czerwony z ziemniakami	9	350ml	80
	Mintaj w ziołach	4	90g	Mintaj w ziołach	4	90g	Mintaj w ziołach	4	90g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		180g	
	brukselka na parze		80g	brukselka na parze		100g	surówka z buraków		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	brukselka na parze		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	100ml	Budyń śmietankowy	7	150ml	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	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 965; BIAŁKO: 21; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 125;			ENERGIA: 2287; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2291; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 266;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

28.03.2026	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
	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	Gruszka		1/2szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	10
OBIAD	Zupa ryżowa	9	300ml	Zupa ryżowa	9	350ml	Zupa ryżowa	9	350ml	92
	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1	30g/60 ml	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1	90g/100 ml	Polędwiczka drobiowa w sosie ziołowym	1	90g/100 ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z czerwonej kapusty		80g	surówka z czerwonej kapusty		100g	sałata lodowa z oliwą surówka z czerwonej kapusty		75g 75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1,7	80ml	sucharki	1,7	100ml	Musli mandarynka jogurt naturalny	1 7	20g 1szt. 100ml	20
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	
	polędwica miodowa		20g	polędwica miodowa		40g	polędwica miodowa		40g	
	serek typu grani	7	20g	serek typu grani	7	100g	serek typu grani	7	100g	
	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 974; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 127;			ENERGIA: 2245; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 280;			ENERGIA: 2230; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 253;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

29.03.2026	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 ryżowe na mleku	7	200ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	70
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	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	Banan		80g	Banan		100g	Banan		100g	16
OBIAD	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	300ml	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	350ml	Rosół z lanym ciastem	1,3,9	350ml	71
	Kotlecik mielony w sosie warzywnym	1,7,9	30g/60 ml	Kotlet mielony w sosie warzywnym	1,7,9	90g/100ml	Kotlet mielony w sosie warzywnym	1,7,9	90g/100ml	
	kasza gryczana		100g	kasza gryczana		180g	kasza gryczana		180g	
	colesław	7	80g	colesław	7	100g	colesław	7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	brokuł		75g	
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	15g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	20
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	57
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pastą jajeczną	3,7	20g	pastą jajeczną	3,7	60g	pastą jajeczną	3,7	60g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1009; BIAŁKO: 20; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 239;			ENERGIA: 2039; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 234;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

30.03.2026	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 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.	7
OBIAD	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	300ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	350ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem	1,9	350ml	91
	Szynka w sosie własnym		30g/60ml	Szynka w sosie własnym		90g/100ml	Szynka w sosie własnym		90g/100ml	
	ziemniaki gotowane		100g	ziemniaki gotowane		180g	ziemniaki gotowane		180g	
	surówka z białej kapusty z warzywami		80g	surówka z białej kapusty z warzywami		100g	surówka z białej kapusty z warzywami		75g	
							szpinak		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	
	pasta rybna	4	20g	pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g	
	serek fromage	7	20g	serek fromage	7	60g	serek fromage	7	60g	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 945; BIAŁKO: 14; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 135;			ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 239;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 90; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 253;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

31.03.2026	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18)			
WTOREK	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	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	60g	serek wiejski	7	60g	
	szynka konserwowa		20g	szynka konserwowa		40g	szynka konserwowa		40g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		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	Jabłko		1/2szt.	Jabłko		1szt.	Jabłko		1szt.	
OBIAD	Zupa selerowa z ziemniakami	9	300ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa selerowa z ziemniakami	9	350ml	
	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	100g	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g	Klopsy z indyka w sosie pomidorowym	1,3	120g	
	kasza gryczana		100g	kasza gryczana		180g	kasza gryczana		180g	
	brokuł na parze		80g	brokuł na parze		10g	brokuł na parze		75g	
							surówka z ogórka kiszzonego		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy	7	100ml	Kisiel owocowy	7	150ml	chleb graham	1	20g	
							Masło	7	150ml	
							ser żółty	7	40g	
							ogórek kiszony		5g	
KOLACJA	Chleb razowy	1	60g	Chleb razowy	1	90g	Chleb razowy	1	90g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	hummus		20g	hummus		60g	hummus		60g	
	ser biały w plastrach	7	20g	ser biały w plastrach	7	60g	ser biały w plastrach	7	60g	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1001; BIAŁKO: 15; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 140;			ENERGIA: 2245; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 314;			ENERGIA: 2241; BIAŁKO: 112; TŁUSZCZ: 87; WĘGLOWODANY: 251;			