

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-01	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA			
	ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku + miód + masło	7	500ml	
	pasta jajeczna	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	ser biały		150g	
	hummus		80g	miód		40g				
	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	banan		1szt.	jabłko parowane		1szt.				
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml	
	Makaron z serem białym	1,7	300g	Makaron z serem białym	1,7	300g	Makaron z serem białym	1,7	300g	
	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	30g	herbatniki	1,3,7	30g				
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g				
	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g				
				* pasta z morskczuka	3,4	80g				
	sałata		30g	sałata		30g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 2184; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 344;			ENERGIA: 1982; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 312;			ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 285;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-02	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g	Serek grani	7	150g
	kielbasa krakowska drobiowa		60g	kielbasa krakowska drobiowa		60g			
	papryka		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta mięsna Herbata	9 250ml	80g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mandarynka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	120g/150ml	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	120g/150ml	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	120g/150ml
	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g
	surówka z buraków i jabłka		100g	surówka z buraków i jabłka		100g	surówka z buraków i jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretką owocową		200ml	Galaretką owocową		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa kalafiorowa + mięso gotowane z indyka + żółtko	3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g			
	ser żółty	7	40g	pasta z białek jaj i szynki	3	80g			
	Ogórek zielony		100g	kalafior		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	100g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
ENERGIA: 2067; BIAŁKO: 72; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 1965; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 290;			ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 285;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-03	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA					
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7		300ml	Płatki ryżowe na mleku	7		300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7		500ml
	hummus			80g	ser biały, plastry	7		80g	dżem	7		150g
	dżem			40g	dżem			40g				
	marchewka julienne			100g	marchewka julienne			100g				
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	Bułka paryska	1		90g	Bułka paryska	1		90g				
	Herbata			250ml	* jogurt Herbata	7		100g 250ml	Herbata			250ml
II ŚNIADANIE	pomarańcza			1szt.	Jabłko pieczone			1szt.				
OBIAD	Krupnik jaglany z koperkiem	9		400ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9		400ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9		400ml
	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7		120g/150ml	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7		120g/150ml	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7		120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem			200g	ziemniaki z koperkiem			200g	ziemniaki z koperkiem			200g
	surówka z kapusty kiszonej			100g	sałata z jogurtem	7		100g	sałata z jogurtem	7		100g
	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel			200ml	Kisiel			200ml				
KOLACJA	Chleb graham	1		90g	Bułka weka	1		90g	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9		500ml
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	pasta jajeczna	3,7		80g	pasta jajeczna z białek jaj	3,7		80g				
	serek ziółowy do smarowania	7		80g	serek ziółowy do smarowania	7		80g				
	ogórek zielony			100g	brokuł			100g				
	Herbata			250ml	* serek wiejski	7		150g	Herbata			250ml
	ENERGIA: 2108; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 1956; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 283;			ENERGIA: 1952; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 268;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-04	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku + miód + masło (20g)	1,7	500ml
	jajecznica na parze	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
				* serek grani	7	150g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jabłko		1szt.	Banan		1 szt.			
OBIAD	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml
	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	120g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	120g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	kalafior		100g	kalafior		100g	kalafior		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	30g	herbatniki	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa krem z warzyw korzeniowych + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora, sałaty i jogurtu	7	120g	sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora b/s, sałaty i jogurtu	7	80g			
	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g			
	ogórek kiszony		100g			30g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	150g	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2219; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 322;			ENERGIA: 2013; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2016; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 282;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-05	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane + miód + masło	7	500ml
	biała kielbasa z chrzanem		120g	szynka wiejska		120g	serek śmietankowy	7	150g
	jajko gotowane	3	50g	serek śmietankowy	7	80g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i jogurtu	3,7	100g	Herbata		250ml
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	babka piaskowa	1,3,7	60g	babka piaskowa	1,3,7	60g			
OBIAD	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami	1,3,9	400ml	Zupa cukiniowa z białkiem jaj i z ziemniakami	3,9	400ml	Zupa cukiniowa z białkiem jaj i z ziemniakami	3,9	400ml
	Schab w sosie własnym	1	120g/15 0ml	Schab w sosie własnym	1	120g/150 ml	Schab w sosie własnym	1	120g/15 0ml
	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
	ćwikła		100g	buraki na ciepło	1,7	100g	buraki na ciepło	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIEŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka jarzynowa	3,9	120g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g			
	pasztet	1,3	60g	pasta mięsna	9	60g			
	pomidor		100g	sałata		100g			
	Herbata		250ml	* ser biały w plastrach	7	80g	Herbata		250ml
		Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata	
ENERGIA: 2148; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 311;			ENERGIA: 1949; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 283;			ENERGIA: 1976; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 306;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-06	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	500ml
	serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g
	szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g			
	Papryka		100g	brokuł		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g			
				* jogurt naturalny	7	100g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	gruszka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
	Udko z kurczaka gotowane		120g	Udko z kurczaka gotowane		120g	Udko z kurczaka gotowane		120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z pomidora i cebulki z oliwą		100g	surówka z pomidora b/s z jogurtem	7	100g	surówka z pomidora b/s z jogurtem	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	30g	sucharki	1	30g			
KOLACJA	Chleb pszenny	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka jarzynowa z majonezem	3,9	120g	sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtem	3,7,9	120g			
	kabanosy		60g	wędlina wieprzowa		60g			
	sałata		30g	pomidor b/s		30g			
				* pasta z białek jaj i sera białego	3,7	40g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2244; BIAŁKO: 84; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 336;			ENERGIA: 1973; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 296;			ENERGIA: 1976; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 306;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-07	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	150g
	dżem		40g	dżem		40g			
	rzodkiewka		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
	Herbata		250ml	* wędlina wieprzowa Herbata	7	60g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mandarynka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami	9	400ml
	Potrawka z kurczaka	1,7,9	150g	Potrawka z kurczaka	1,7,9	150g	Potrawka z kurczaka	1,7,9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z czerwonej kapusty		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	30g	herbatniki	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Bułka weka	1	90g	Zupa koperkowa+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	80g	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	150g			
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny Herbata	7 250ml	100ml 250ml			
	ENERGIA: 2182; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 1995; BIAŁKO: 59; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 289;			ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 284;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-08	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku + miód + masło	7	500ml
	serek fromage ziołowy	7	80g	serek fromage ziołowy	7	80g	serek fromage ziołowy	7	150g
	kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		60g			
	ogórek kiszony		100g	sałata		30g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i szynki	7	80g	Herbata		250ml
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	pomarańcza		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml
	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	120g/150ml
	Kasza jęczmienna	1	200g	Kasza jęczmienna	1	200g	Kasza jęczmienna	1	200g
	marchewka z groszkiem	1,7	100g	marchew na gęsto	1,7	100g	marchew na gęsto	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSILEK NOCNY	budyń waniliowy		7	150g	budyń waniliowy	7	200ml		
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	połędwica miodowa		60g	połędwica miodowa		60g			
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
	rzodkiewka		100g	brokuł		100g			
	Herbata		250ml	*jogurt naturalny	7	100g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 2249; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 315;			ENERGIA: 2032; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 284;			ENERGIA: 2035; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 280;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-09	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA					
	CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7		300ml	Ryż na mleku	7		300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7		500ml
	ser żółty	7		40g	serek śmietankowy	7		80g	serek śmietankowy	7		150g
	szynka wieprzowa			60g	szynka wieprzowa			60g				
	ogórek zielony			100g	marchewka julienne			100g				
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	Bułka wrocławska	1		90g	Bułka weka	1		90g				
	Herbata			250ml	* szynka konserwowa			60g	Herbata			250ml
Herbata			250ml	Herbata			250ml	Herbata			250ml	
II ŚNIADANIE	pomarańcza			1/2szt.	jabłko parowane			1szt.				
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9		400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9		400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9		400ml
	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9		300g	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9		300g	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9		300g
	sos pomidorowy			150ml	sos pomidorowy			150ml	sos pomidorowy			150ml
	marchew julienne			100g	marchew julienne			100g	marchew julienne			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 szpinakowa z kaszą kukurydzianą+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9		500ml
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	parówki na ciepło			120g	parówki na ciepło			120g				
	ketchup			20g	ketchup			20g				
	pomidor			100g	pomidor b/s			100g				
	Herbata			250ml	* jogurt naturalny	7		150g				
Herbata			250ml	Herbata			250ml	Herbata			250ml	
ENERGIA: 2146; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 57; WĘGLOWODANY: 343;				ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 313;				ENERGIA: 1954; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 298;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-10	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	pasta jajeczna	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	połędwica luksusowa		60g	połędwica luksusowa		60g			
	papryka		100g	sałata z jogurtem	7	100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb pszenno-żytni	1	90g	Bułka weka * ser wiejski	1 7	90g 150g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jabłko		1szt.	jabłko parowane		1szt.			
OBIAD	Zupa grysikowa	1,9	400ml	Zupa grysikowa	1,9	400ml	Zupa grysikowa	1,9	400ml
	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	120g/150ml	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	120g/150ml	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml			
KOLACJA	Chleb razowy	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	120g	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	120g			
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g			
	ogórek		100g	marchewka juelienne		100g			
				* sałatka z mięsem gotowanym, jogurtem i sałatą	7	120g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2149; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 322;			ENERGIA: 1983; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 297;			ENERGIA: 1986; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 293;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-01	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą na bulionie warzywnym + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml
				pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta jajeczna	3,7	80g
				miód		40g	hummus		80g
				Pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
						100g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	jabłko parowane		1szt.	banan		1szt.
OBİAD	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki i mięsem drobiowym, zabieleną	7,9	500ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml
				Makaron z serem białym	1,7	300g	Makaron pełnoziarnisty z serem białym	1,7	300g
				Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml
									150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		200ml	herbatniki	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	100g
							Bułka grahamka	1	60g
							banan		1szt.
							Masło	7	5g
KOLACJA	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g
				twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
				sałata		30g	sałata		30g
		Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata	
	ENERGIA: 1977; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 252;			ENERGIA: 1984; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2178; BIAŁKO: 98; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 272;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-02	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
CZWARTEK	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
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				kielbasa krakowska drobiowa		60g	kielbasa krakowska drobiowa		60g
				pomidor b/s		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g				
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	mandarynka		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki + mięso wieprzowe + śmietana	1,7,9	500ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
				Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	120g/150 ml	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	120g/150 ml
				ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki		200g
				surówka z buraków i jabłka		150g	surówka z buraków i jabłka		75g
							mix warzyw (kalafior, brokuł, marchew) na ciepło		75g
Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	Galaretką owocowa		200ml	chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							kielbasa żywiecka		60g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa kalafiorowa + mięso gotowane z indyka + żółtko	3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
				pastą z białek jaj i szynki	3	80g	ser żółty	7	40g
				kalafior		100g	Ogórek zielony		100g
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 251;			ENERGIA: 1956; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 298;			ENERGIA: 2070; BIAŁKO: 98; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 253;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-03	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA				
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
ŚNIADANIE	Zupa koperkowa z ryżem + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml		
	ser biały, plastry			7	80g	hummus		80g			
	dżem				40g	ser biały, plastry	7	80g			
	marchewka julienne				100g	ogórek kiszony		100g			
	Masło			7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska			1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g			
	Herbata				250ml	Herbata		250ml			
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	pomarańcza		1szt.		
OBIAD	Krupnik jaglany z koperkami mięsem wieprzowym	9	500ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9	400ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9	400ml		
	Mintaj w sosie śmietanowym			4,7	120g/150 ml	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7	120g/150ml			
	ziemniaki z koperkiem				200g	ziemniaki z koperkiem		200g			
	sałata z jogurtem			7	150g	sałata z jogurtem	7	75g			
						surówka z kapusty kiszonej		75g			
	Kompot wielowocowy				250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
	POSIŁEK NOCNY			Kisiel		200ml	Kisiel		200ml	Chleb żytni	1
							Masło	7	5g		
							serek wiejski	7	120g		
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			
	pasta jajeczna z białek jaj			3,7	80g	pasta jajeczna	3,7	80g			
	serek ziołowy do smarowania			7	80g	serek ziołowy do smarowania	7	80g			
	brokuł				100g	ogórek zielony		100g			
	Herbata				250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1955; BIAŁKO: 117; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 205;			ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 2100; BIAŁKO: 94; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 252;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-04	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krupnik jęczmienny + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				pasta z białek jaj i szynki	3	120g	jajecznica na parze	3	120g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
			Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus bananowy		200ml	Banan		1 szt.	jabłko		1szt.
OBIAD	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym, mięsem drobiowym i śmietaną	1,7,9	500ml	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa dyniowa z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	400ml
				Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	120g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	120g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		150g
				kalafior		1 szt.	kalafior		150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							serek grani	7	150g
							papryka		100g
KOLACJA	Zupa krem z warzyw korzeniowych + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora b/s, sałaty i jogurtu	7	80g	sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora, sałatv i ioourtu	7	120g
				polędwica sopocka		60g	polędwica sopocka		60g
					30g		ogórek kiszony		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2019; BIAŁKO: 121; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 2009; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 51; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 2225; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 267;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-05	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCZOWA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa szczawiowa z ziemniakami + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				szynka wiejska		120g	biała kiełbasa z chrzanem		120g
				serek śmietankowy	7	80g	jajko gotowane	3	50g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus owocowy		200ml	babka piaskowa	1,3,7	60g	babka piaskowa	1,3,7	60g
OBIAD	Zupa cukiniowa z białkiem jaj i z ziemniakami, śmietaną i mięsem wieprzowym	3,7,9	500ml	Zupa cukiniowa z białkiem jaj i z ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami	1,3,9	400ml
				Schab w sosie własnym	1	120g/150ml	Schab w sosie własnym	1	120g/150ml
				ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
				buraki na ciepło	1,7	150g	ćwikła		75g
							surówka z ogórka kiszzonego		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	Chleb z ziarnami	1	30g
							Masło	7	5g
				rzodkiewka		100g			
KOLACJA	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa	3,9	120g
				pasta mięsna	9	60g	pasta mięsna	9	60g
				sałata		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 1944; BIAŁKO: 97; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 219;			ENERGIA: 1951; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 49; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2144; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 257;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-06	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
				serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g
				szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g
				brokuł		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	jogurt	7	100g	Banan		1szt.	gruszka		1szt.
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	500ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
				Udko z kurczaka gotowane		120g	Udko z kurczaka gotowane		120g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				surówka z pomidora b/s z jogurtem	7	150g	surówka z pomidora i cebulki z oliwą		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
						Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Mus bananowy		200ml	sucharki	1	30g	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt	7	100g
							pomarańcza		1/2szt.
KOLACJA	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta mięsna	9	120g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,9	120g
							kabanosy		60g
							pomidor b/s		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1979; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 237;			ENERGIA: 1967; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 48; WĘGLOWODANY: 310;			ENERGIA: 2246; BIAŁKO: 112; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 281;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-07	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą manną+ masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
				wędlina wieprzowa	7	80g	ser biały w kostce	7	80g
				dżem		40g	pasta z soczewicy		80g
				marchewka julienne		100g	rzodkiewka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	mandarynka		1szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ziemniakami, śmietaną i mięsem drobiowym	7,9	500ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami	9	400ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami	9	400ml
				Potrąwka z kurczaka	1,7,9	150g	Potrąwka z kurczaka	1,7,9	150g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				brokuł na parze		150g	surówka z czerwonej kapusty		75g
				brokuł na parze			75g		
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							jajko gotowane	3	50g
							ogórek konserwowy		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
				pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	150g	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	80g
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 94; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 239;			ENERGIA: 1997; BIAŁKO: 59; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 314;			ENERGIA: 2171; BIAŁKO: 92; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 260;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-08	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Rosół jarski + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				serek fromage zielony	7	80g	serek fromage zielony	7	80g
				kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		60g
				sałata		30g	ogórek kiszony		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb żytni	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	kisiel owocowy		200g	Banan		1szt.	pomarańcza		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki, mięsem wieprzowym i śmietaną	7,9	500ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml
				Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	120g/150ml
				Kasza jęczmienna	1	100g	Kasza jęczmienna	1	100g
				marchew na gęsto	1,7	150g	marchewka z groszkiem	1,7	75g
							colesław	7	75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	200ml	budyń waniliowy	7	200ml	Musli	1	30g
							jogurt naturalny	7	100g
							jabłko		1szt.
KOLACJA	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				połędwica miodowa		60g	połędwica miodowa		60g
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				brokuł		100g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2095; BIAŁKO: 115; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 251;			ENERGIA: 2023; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 56; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 2258; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 87; WĘGLOWODANY: 259;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-10	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa krem z białych warzyw+ masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
				pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta jajeczna	3,7	80g
				połudwica luksusowa		60g	połudwica luksusowa		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	jabłko parowane		1szt.	jabłko		1szt.
OBIAD	Zupa grysikowa z mięsem drobiowym	7,9	500ml	Zupa grysikowa	1,9	400ml	Zupa grysikowa	1,9	400ml
				Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	120g/150 ml	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	120g/150 ml
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				kalafior na parze		150g	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		75g
							kalafior na parze		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	płatki wielozbożowe	1	30g
							jogurt	7	100g
							gruszka		1szt.
KOLACJA	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka z buraka, roszponki i fety	7	120g	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	120g
				wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
				marchewka juelienne		100g	ogórek		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 1989; BIAŁKO: 119; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 229;				ENERGIA: 1974; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 321;			ENERGIA: 2152; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 269;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-01	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na napoju roślinnym		300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml
	pasta z białek jaj i szynki	3	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	dżem		40g	miód		40g	miód		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 parowane		1szt.	jabłko parowane		1szt.	jabłko parowane		1szt.
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	400ml
	Makaron świderki	1	300g	Makaron bezglutenowy z serem białym	7	300g	Makaron z serem białym	1,7	300g
	Polewa owocowa		100ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	herbatniki	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	dżem		60g	szynka wiejska		60g	twarożek z koperkiem	7	80g
	szynka wiejska		60g	twarożek z koperkiem	7	80g	dżem	7	60g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-02	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek wiejski	7	150g	serek do smarowania	7	150g
	kiełbasa krakowska drobiowa		60g	kiełbasa krakowska drobiowa		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	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem bezglutenowym i natką pietruszki	9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,9	120g/150ml	Eskalopki w sosie bazyliowym	7,9	120g/150ml	Pulpecik warzywny w sosie bazyliowym	1,3,7,9	120g/150ml
	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki gotowane		200g	ziemniaki gotowane		200g
	surówka z buraków i jabłka		100g	surówka z buraków i jabłka		100g	surówka z buraków i jabłka		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
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	pasta warzywna	9	60g
	pasta z białek jaj i szynki	3	80g	pasta z białek jaj i szynki	3	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	9
	kalafior		100g	kalafior		100g	kalafior		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-03	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA			
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na napoju roślinnym			300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml
	ser biały, plastry	7	80g		ser biały, plastry	7	80g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	40g		dżem		40g	ser biały	7	80g
	marchewka julienne		100g		marchewka julienne		100g	marchewka julienne		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.	
OBİAD	Krupnik jaglany z koperkiem	9	400ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9	400ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9	400ml	
	Mintaj w sosie jarzynowym	4,9	120g/150ml	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7	120g/150ml	Kotlet warzywny w sosie śmietanowym	7,9	120g/150ml	
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	
	sałata z oliwą		100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	kisiel		200ml	Kisiel		200ml	Kisiel		200ml	
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g	
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta jajeczna z białek jaj	3	80g	pasta jajeczna z białek jaj	3,7	80g	pasta jajeczna z białek jaj	3,7	80g	
	dżem		40g	serek ziołowy do smarowania	7	80g	serek ziołowy do smarowania	7	80g	
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-04	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	serek wiejski	7	150g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pasta warzywna	9	80g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	pomidor		100g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Masło	7	20g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Bułka wrocławska	1	90g
							Herbata		1 szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.
OBIAD	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	9	400ml	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	400ml
	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	120g	Kotlet wieprzowy, parowany	3	120g	Leczo warzywne	9	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		300g
	kalafior		100g	kalafior		100g	kalafior		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	herbatniki	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałatka z gotowanego kurczaka, sałaty, pomidora b/s i oliwy z oliwek		80g	sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora b/s, sałaty i jogurtu	7	80g	twarożek	7	80g
	polędwica sopocka		60g	polędwica sopocka		60g	miód		40g
			30g			30g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-05	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na napoju roślinnym		300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
	szynka wiejska		120g	szynka wiejska		120g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		60g
II ŚNIADANIE	babka (bezmleczna)	1,3	60g	ciasto bezglutenowe	3,7	60g	babka piaskowa	1,3,7	60g
OBIAD	Zupa cukiniowa z białkiem jaj i z ziemniakami	3,9	400ml	zupa koperkowa z makaronem b/g	9	400ml	Zupa cukiniowa z białkiem jaj i z ziemniakami	3,9	400ml
	Schab w sosie własnym	1	120g/150ml	Schab w sosie własnym		120g/150ml	Kotlet warzywny w sosie koperkowym	1,3,9	120g/150ml
	ziemniaki		200g	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
	buraki na ciepło	1	100g	buraki na ciepło	7	100g	buraki na ciepło	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałatka jarzynowa z białkiem jaja i oliwą z oliwek	3,9	80g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g
	pasta mięsna	9	60g	pasta mięsna	9	60g	twaróg	7	80g
	sałata		100g	sałata		100g	sałata		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-06	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g
	szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		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 i natką pietruszki	1,9	400ml	Rosół z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	400ml
	Udko z kurczaka gotowane	1	120g	Udko z kurczaka gotowane	7	120g	Pulpet warzywny w sosie ziołowym	1,3,7	120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	Makaron bezglutenowy		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z pomidora b/s z oliwą		100g	surówka z pomidora b/s z jogurtem	7	100g	surówka z pomidora b/s z jogurtem	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	sucharki	1	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Salatka jarzynowa z białkiem jaj i oliwą	3,9	120g	salatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem	3,7,9	120g	salatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	serek fromage	7	80g
	pomidor b/s		30g	pomidor b/s		30g	pomidor b/s		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-07	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza manna na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	ser biały w kostce	7	80g	Ser biały plastry	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 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 wielowarzywna z ziemniakami	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami	9	400ml
	Potrąwka z kurczaka	1,9	150g	Potrąwka z kurczaka	7,9	150g	Potrąwka warzywna	7,9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g	brokuł na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	herbatniki	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta z tuńczyka	4	40g	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	150g	pasta warzywna	9	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

2026-04-08	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na napoju roślinnym		300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek fromage zielony	7	80g	serek fromage zielony	7	150g
	kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		60g	pasta warzywna	9	60g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	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 ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	400ml
	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1	120g/150ml	Pulpety z indyka w sosie jasnym	7	120g/150ml	Pulpety warzywne w sosie tymiankowym	1,3,7	120g/150ml
	Kasza jęczmienna		200g	Kasza gryczana		200g	Kasza jęczmienna	1	200g
	marchew na gęsto	1	100g	marchew na gęsto	7	100g	marchew na gęsto	1,7	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
	połudwica miodowa		60g	połudwica miodowa		60g	miód		40g
	miód		150g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	sałata z oliwą		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-09	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	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
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		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 parowane		1szt.	jabłko parowane		1szt.	jabłko parowane		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml
	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9	300g	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	3,9	300g	Gołąbki z ryżem wegetariańskie	1,3,9	150ml
	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml	sos pomidorowy		150ml
	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g	marchew julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	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
	parówki na ciepło		120g	parówki na ciepło		120g	pasta warzywna		80g
	ketchup		20g	ketchup		20g	miód		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

2026-04-10	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	Pasta warzywna	9	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	polędwica luksusowa		60g	polędwica luksusowa		60g	Pasta warzywna	9	80g
	sałata z oliwą		100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	jabłko parowane		1szt.	jabłko parowane		1szt.	jabłko parowane		1szt.
OBIAD	Zupa grysikowa	1,9	400ml	Zupa warzywna z kaszą kukurydzianą	9	400ml	Zupa grysikowa	1,9	400ml
	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4	120g	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	120g	Stek warzywny	1,3	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałatka z buraka i tuńczyka z roszponka	4	120g	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	120g	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	80g
	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		60g	pasta z białek jaj i sera	3,7	60g
	marchewka juelienne		100g	marchewka juelienne		100g	marchewka juelienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-01	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku	7	200ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	250ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	250ml	70
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	40g	pasta jajeczna	3,7	40g	
	hummus		20g	hummus		60g	hummus		60g	
	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	banan		1/2 szt.	banan		1szt.	banan		1szt.	17
OBIAD	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	250ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	350ml	Zupa szpinakowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki	9	350ml	78
	Makaron z serem białym	1,7	220g	Makaron z serem białym	1,7	280g	Makaron pełnoziarnisty z serem białym	1,7	280g	
	Polewa jogurtowo - owocowa	7	60g	Polewa jogurtowo - owocowa	7	80ml	Polewa jogurtowo - owocowa	7	80ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	100ml	
							Bułka grahamka	1	20g	
							banan		1szt.	
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	40
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	szynka wiejska		20g	szynka wiejska		40g	szynka wiejska		40g	
	twarożek z koperkiem	7	20g	twarożek z koperkiem	7	60g	twarożek z koperkiem	7	60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 992; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2172; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 342;			ENERGIA: 2177; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 241;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-02	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	80
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	80g	serek wiejski	7	80g	
	kielbasa krakowska drobiowa		20g	kielbasa krakowska drobiowa		40g	kielbasa krakowska drobiowa		40	
	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.	6
OBIAD	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	250ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	78
	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	30g/60 ml	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	90g/100 ml	Eskalopki w sosie bazyliowym	1,7,9	90g/100 ml	
	ziemniaki gotowane		100g	ziemniaki gotowane		180g	ziemniaki		180g	
	surówka z buraków i jabłka		80g	surówka z buraków i jabłka		100g	surówka z buraków i jabłka		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	mix warzyw (kalafior, brokuł, marchew) na ciepło Kompot wielowocowy b/c		75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	36
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	40
	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	
	Ogórek zielony		40g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 978; BIAŁKO: 26; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 120;			ENERGIA: 2054; BIAŁKO: 61; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 298;			ENERGIA: 2059; BIAŁKO: 102; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 231,3;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-03	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	200ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	70
	hummus		40g	hummus		70g	hummus		70g	
	dżem		10g	dżem		20g	ser biały, plastry	7	20g	
	marchewka julienne		40g	marchewka julienne		100g	ogórek kiszony		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	pomarańcza		1/2szt.	pomarańcza		1szt.	pomarańcza		1szt.	14
OBIAD	Krupnik jaglany z koperkiem	9	250ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9	350ml	Krupnik jaglany z koperkiem	9	350ml	80
	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7	30g/60 ml	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7	90g/100 ml	Mintaj w sosie śmietanowym	4,7	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z kapusty kiszonej		80g	surówka z kapusty kiszonej		100g	sałata z jogurtem	7	75g	
							surówka z kapusty kiszonej		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		100ml	Kisiel		150ml	Chleb żytni	1	20g	12
							Masło	7	5g	
							serek wiejski	7	60g	
							rzodkiewka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	55
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	40g	pasta jajeczna	3,7	40g	
	serek ziołowy do smarowania	7	20g	serek ziołowy do smarowania	7	60g	serek ziołowy do smarowania	7	60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 979; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 39; WĘGLOWODANY: 127;			ENERGIA: 2096; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 314;			ENERGIA: 2101; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 231;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-04	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	74
	jajecznica na parze	3	40g	jajecznica na parze	3	70g	jajecznica na parze	3	70g	
	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.	20
OBIAD	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	250ml	Zupa dyniowa z groszkiem ptysiowym	1,9	350ml	Zupa dyniowa z grzankami pełnoziarnistymi	1,9	350ml	114
	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	30g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	90g	Kotlet wieprzowy, parowany	1,3	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	kalafior		80g	kalafior		100g	kalafior		150g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	26
							Masło	7	5g	
							serek grani	7	100g	
							papryka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	45
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	ser biały	7	20g	sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora, sałaty i jogurtu	7	100g	sałatka z gotowanego kurczaka, pomidora, sałaty i jogurtu	7	100g	
	połudwica sopocka		20g	połudwica sopocka		40g	połudwica sopocka		40g	
	ogórek kiszony		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1004,5; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 118;			ENERGIA: 2206; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 309;			ENERGIA: 2211; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 279;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-05	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	79
	Wędlina drobiowa		20g	Wędlina drobiowa		40g	Wędlina drobiowa		40g	
	jajko gotowane	3	20g	jajko gotowane	3	50g	jajko gotowane	3	50g	
	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	babka piaskowa	1,3,7	40g	babka piaskowa	1,3,7	60g	babka piaskowa	1,3,7	60g	20
OBIAD	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami	1,3,9	250ml	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami	1,3,9	350ml	Barszcz biały z jajkiem i ziemniakami	1,3,9	350ml	80
	Schab w sosie własnym	1	30g/60ml	Schab w sosie własnym	1	90g/100ml	Schab w sosie własnym	1	90g/100ml	
	ziemniaki puree	7	100g	ziemniaki puree	7	180g	ziemniaki puree	7	180g	
	surówka z buraczków		80g	surówka z buraczków		100g	surówka z buraczków		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z ogórka kiszzonego		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	28
						Masło	7	5g		
						serek fromage	7	60g		
						rzodkiewka		100g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	sałatka jarzynowa	3,9	20g	sałatka jarzynowa	3,9	100g	sałatka jarzynowa	3,9	100g	
	pasztet	1,3	20g	pasztet	1,3	60g	pasta mięsna	9	60g	
	papryka		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 975,5; BIAŁKO: 34; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 112;			ENERGIA: 2136; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 336;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 258;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-06	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4	
PONIEDZIAŁEK											
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	200ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	75	
	serek z ziołami	7	20g	serek z ziołami	7	60g	serek z ziołami	7	60g		
	szynka konserwowa		20g	szynka konserwowa		40g	szynka konserwowa		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	gruszka		1/2szt.	gruszka		1szt.	gruszka		1szt.	20	
OBIAD	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	250ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki	1,9	350ml	110	
	Mięso z ud kurczaka		30g	Udka z kurczaka gotowane		100g	Udka z kurczaka gotowane		100g		
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g		
	surówka z pomidora z jogurtem	7	80g	surówka z pomidora z jogurtem	7	100g	surówka z pomidora z jogurtem	7	150g		
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml		
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	15g	sucharki	1	30g	Chleb graham	1	20g	30	
						Masło	7	5g			
						jogurt	7	100ml			
						pomarańcza		1/2szt.			
KOLACJA	Chleb pszenny	1	60g	Chleb pszenny	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g	50	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g		
	sałatka jarzynowa z majonezem	7	40g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,9	70g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,9	70g		
	kabanosy		10g	kabanosy		10g	kabanosy		10g		
	marchewka julienne		40g	sałata		30g	sałata		30g		
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 983,5; BIAŁKO: 36; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 113;			ENERGIA: 2231; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 335;			ENERGIA: 2236; BIAŁKO: 95; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 285;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-07	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	200ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	71
	ser biały w kostce	7	20g	ser biały w kostce	7	60g	ser biały w kostce	7	60g	
	dżem		20g	dżem		30g	pasta z soczewicy		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 graham	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	mandarynka		1/2szt.	mandarynka		1szt.	mandarynka		1szt.	17
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami	9	250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami	9	350ml	86
	Potrawka z kurczaka	1,7,9	100g	Potrawka z kurczaka	1,7,9	120g	Potrawka z kurczaka	1,7,9	120g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z czerwonej kapusty		80g	surówka z czerwonej kapusty		100g	surówka z czerwonej kapusty		75g	
							brokuł na parze		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	20
							Masło	7	5	
							jajko gotowane	3	50g	
							ogórek konserwowy		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	50
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	20g	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	60g	pasta tuńczyka i jogurtu	4,7	60g	
	szynka gotowana		20g	szynka gotowana		40g	szynka gotowana		40g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 998,5; BIAŁKO: 22; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 130;			ENERGIA: 2170; BIAŁKO: 81; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 325;			ENERGIA: 2175; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 87; WĘGLOWODANY: 244;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-08	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	66
	serek fromage zielony	7	20g	serek fromage zielony	7	60g	serek fromage zielony	7	60g	
	kiełbasa szynkowa		20g	kiełbasa szynkowa		40g	kiełbasa szynkowa		40g	
	papryka		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		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	pomarańcza		1/2szt.	pomarańcza		1szt.	pomarańcza		1szt.	20
OBIAD	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	250ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	350ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki	9	350ml	126
	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	30g/60 ml	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	90g/100 ml	Pulpety z indyka w sosie jasnym	1,3,7	90g/100 ml	
	Kasza jęczmienna	1	100g	Kasza jęczmienna	1	180g	Kasza jęczmienna	1	180g	
	marchewka z groszkiem	1,7	80g	marchewka z groszkiem	1,7	100g	marchewka z groszkiem	1,7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	80ml	budyń waniliowy	7	100ml	Musli	1	20g	34
							jogurt naturalny	7	100g	
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	45
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	połudwica miodowa		20g	połudwica miodowa		40g	połudwica miodowa		40g	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	100g	serek wiejski	7	100g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1011,5; BIAŁKO: 30; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 131;			ENERGIA: 2236; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 335;			ENERGIA: 2241; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 291;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-09	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	200ml	Ryż na mleku	7	250ml	Płatki żytnie na mleku	1,7	250ml	70
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	szynka wieprzowa		20g	szynka wieprzowa		40g	szynka wieprzowa		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	pomarańcza		1/2szt.	pomarańcza		1szt.	pomarańcza		1szt.	6
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym	9	350ml	112
	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9	220g	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9	280g	Gołąbki z mięsem wieprzowym, ryżem bez zawijania	1,3,9	280g	
	sos pomidorowy		60ml	sos pomidorowy		100ml	ryż brązowy		100ml	
	marchew julienne		40g	marchew julienne		80g	surówka z marchewki		100g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	15g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	30
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	46
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	parówki na ciepło		40g	parówki na ciepło		70g	parówki na ciepło		70g	
	ketchup		10g	ketchup		10g	ketchup		10g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 983; BIAŁKO: 19; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 133;			ENERGIA: 2134; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 293;			ENERGIA: 2139; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 264;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-10	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	200ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	68
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	60g	pasta jajeczna	3,7	60g	
	połudwica luksusowa		20g	połudwica luksusowa		40g	połudwica luksusowa		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	jabłko		1/2szt.	jabłko		1szt.	jabłko		1szt.	14
OBIAD	Zupa grysikowa	1,9	250ml	Zupa grysikowa	1,9	350ml	Zupa grysikowa	1,9	350ml	80
	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	30g/60 ml	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	90g/100 ml	Dorsz na parze w sosie koperkowym	4,7	90g/100 ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka wielowarzynna z oliwą z oliwek		80g	surówka wielowarzynna z oliwą z oliwek		100g	surówka wielowarzynna z oliwą z oliwek		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	płatki wielozbożowe	1	20g	36
							jogurt	7	100ml	
KOLACJA	Chleb razowy	1	60g	Chleb razowy	1	90g	Chleb razowy	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta z buraka i sera białego	7	20g	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	80g	sałatka z buraka, roszponki i fety	7	80g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		30g	wędlina drobiowa		60g	
	ogórek		40g	ogórek		100g	ogórek		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 987; BIAŁKO: 14; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 140;			ENERGIA: 2134; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 293;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 249;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy