

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-11	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
sobota									
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.			
OBİAD	Zupa gulaszowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Makaron ze szpinakiem i serem żółtym	1,7	300g	Makaron ze szpinakiem i serem białym	1,7	300g	Makaron ze szpinakiem i serem białym	1,7	300g
	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	Kisiel owocowy		250ml	Kisiel owocowy		250ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa brokułowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	80g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g			
	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			
	<b>ENERGIA: 2144; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 57; WĘGLOWODANY: 338;</b>			<b>ENERGIA: 1956; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 308;</b>			<b>ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 286;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-12	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
	Łopatką w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml
	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
PODWIECZOREK	Galaretką owocową		200ml	Galaretką owocową		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			
	<b>ENERGIA: 2196; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 324;</b>			<b>ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 290;</b>			<b>ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 286;</b>		

**Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy**

2026-04-13	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
poniedziałek									
<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku + miód + masło	7	500ml
	parówki na ciepło		120g	parówki na ciepło		120g	ketchup	7	150g
	ketchup		10g	ketchup		10g			
	papryka		100g	kalafior		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i ryby	3,4,7	80g	Herbata		250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Mandarynki		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
<b>OBIAD</b>	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	300g	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	300g	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	300g
	ogórek w słupkach		100g	marchewka w słupkach		100g	marchewka w słupkach		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	100ml			
<b>KOLACJA</b>	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			
	Herbata		250ml	* serek śmietankowy	7	80g	Herbata		250ml
				Herbata		250ml			
	<b>ENERGIA: 2256; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 327;</b>			<b>ENERGIA: 2005; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 291;</b>			<b>ENERGIA: 2001; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 275;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-14	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 ogórkowa z ryżem	9	400ml	Zupa ryżowa	9	400ml	Zupa ryżowa	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 ze świeżych warzyw 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
PODWIECZOREK	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			
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

2026-04-15	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	Krem z pomidorów z czerwonej soczewicy z koperkiem	9	400ml	Krem pomidorowy	9	400ml	Krem pomidorowy	9	400ml
	Makaron z serem białym	1,7	300g	Makaron z serem białym	1,7	120g/ 150ml	Makaron z serem białym	1,7	120g/ 150ml
	polewa owocowa		100ml	polewa owocowa		100ml	polewa owocowa		100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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 żółty	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

2026-04-16	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
czwartek									
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 brokułowa z ziemniakami	1	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	1	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	1	400ml
	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1	150g	Indyk w sosie koperkowym	1,7	150g	Indyk w sosie koperkowym	1,7	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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			
				* pasta z białek jaj i sera białego	3,7	80g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2196; BIAŁKO: 82; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 329;			ENERGIA: 1964; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 294;			ENERGIA: 1967; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 305;		

**Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy**

2026-04-17	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
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	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml
	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150ml	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150ml	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z kiszonej kapusty		100g	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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			
	<b>ENERGIA: 2159; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 313;</b>			<b>ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 281;</b>			<b>ENERGIA: 1932; BIAŁKO: 62; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 275;</b>		

**Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy**

2026-04-18	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
sobota									
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			
	Herbata		250ml	* ser biały	7	80g	Herbata		250ml
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Barszcz czerwony z białą fasolą	9	400ml	Barszcz czerwony	9	400ml	Barszcz czerwony	9	400ml
	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	300g/150ml	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	300g/150ml	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	300g/150ml
	surówka z czerwonej kapusty		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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			
Herbata		250ml	*wędlina wieprzowa		60g	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

2026-04-19	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
niedziela	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7	500ml
	ser żółty	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		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		100g	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml
	Kotlet drobiowy parowany	1,3	120g	Kotlet drobiowy parowany	1,3	120g	Kotlet drobiowy parowany	1,3	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	marchewka z groszkiem na gęsto	1,7	100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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			
				* serek wiejski	7	150g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2212; BIAŁKO: 66; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 354;			ENERGIA: 2061; BIAŁKO: 61; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 330;			ENERGIA: 2057; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 314;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-20	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
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 * wędlina drobiowa	1	90g 60g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mandarynka		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Makaron ze szpinakiem i serem		300g	Makaron ze szpinakiem i serem		300g	Makaron ze szpinakiem i serem		300g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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			
	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

2026-04-11	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
				Makaron ze szpinakiem i serem białym	1,7	300g	Makaron ze szpinakiem i serem żółtym	1,7	300g
				surówka z marchewki i jabłka		150g	surówka z marchewki i jabłka		100g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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	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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-12	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA					
niedziela	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
ŚNIADANIE	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną + 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			
				Schab w sosie majerankowym	1	120g/150 ml	Łopatka w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml			
				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
PODWIECZOREK	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
	<b>ENERGIA: 1974; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 251;</b>			<b>ENERGIA: 1959; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 299;</b>			<b>ENERGIA: 2199; BIAŁKO: 104; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 269;</b>					

**Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy**

2026-04-13	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
poniedziałek									
<b>ŚNIADANIE</b>	Zupa ziemniaczana + masło (20g)	7,9	500ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
				pasta mięsna		120g	parówki na ciepło		120g
				kalafior		100g	Serek wiejski	7	150g
				Masło	7	20g	papryka		100g
			Bułka paryska	1	90g	Masło	7	20g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
							Herbata		250ml
<b>II ŚNIADANIE</b>	Sok owocowy		250ml	Jabłko pieczone		1szt.	Mandarynki		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa koperkowa z ziemniakami na śmietanie i mięsem wieprzowym gotowanym	7,9	500ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
				Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	300g	Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem	1	300g
				marchewka w słupkach		150g	ogórek w słupkach		150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	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	
<b>KOLACJA</b>	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
	<b>ENERGIA: 2004; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 210;</b>			<b>ENERGIA: 2007; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 316;</b>			<b>ENERGIA: 2248; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 270;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-14	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
wtorek	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa marchewkowa z ziemniakami + 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
				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 owocowy		200ml	Banan		1 szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa ryżowa z mięsem z indyka	1,7,9	500ml	Zupa ryżowa	9	400ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym	9	400ml
				Udko z kurczaka gotowane		120g	Udko z kurczaka gotowane		120g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				pomidory b/s z jogurtem	7	150g	surówka ze świeżych warzyw z oliwą		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
PODWIECZOREK	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							serek wiejski	7	150g
							pomidor		100g
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
				kielbasa krakowska drobiowa		60g	kielbasa krakowska drobiowa		60g
			sałata		20g	papryka		100g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	<b>ENERGIA: 2014; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 231;</b>			<b>ENERGIA: 2004; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 51; WĘGLOWODANY: 316;</b>			<b>ENERGIA: 2210; BIAŁKO: 104; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 265;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-15	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	Krem pomidorowy na śmietanie i z mięsem drobiowym	1,7,9	500ml	Krem pomidorowy	9	400ml	Krem z pomidorów z czerwonej soczewicy z koperkiem	9	400ml
				Makaron z serem białym	1,7	120g/ 150ml	Makaron pełnoziarnisty z serem białym	1,7	300g
				polewa owocowa		100ml	polewa owocowa		100ml
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
PODWIECZOREK	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 żółty	7	40g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	<b>ENERGIA: 2030; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 228;</b>			<b>ENERGIA: 2037; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 321;</b>			<b>ENERGIA: 2241; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 269;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-16	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
czwartek	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
	Herbata		250ml	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100ml	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	jajko gotowane	3	60g
				tomater		1szt.	Papryka		100g
OBIAD	Zupa brokułowa, zabieleniana i z mięsem wieprzowym	1,7	500ml	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Kompot wielowocowy		250ml	Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
PODWIECZOREK	Mus bananowy		200ml	Herbata		250ml	babka piaskowa	1,3,7	80g
							Herbata		250ml
KOLACJA	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Banan		1szt.	pomarańcza		1/2szt.
	Herbata		250ml	Zupa grysikowa z natką pietruszki	1	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	1	400ml
				Indyk w sosie koperkowym	1,7	150g	Indyk w sosie słodko-kwaśnym	1	150g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				sałata z jogurtem	7	150hg	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	75g
				Kompot wielowocowy		250ml	sałata z jogurtem	7	75g
				jogurt naturalny	7	100ml	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
				Bułka weka	1	90g	jogurt naturalny	7	100ml
				Masło	7	20g	Gruszka		1szt.
				pasta mięsna	9	120g	Chleb żytni razowy	1	90g
				marchewka julienne		100g	Masło	7	20g
				Herbata		250ml	parówki drobiowe na ciepło		120g
							ketchup		10g
							marchewka julienne		100g
							Herbata		250ml
ENERGIA: 1970; BIAŁKO: 88; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 236;			ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 47; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 2198; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 275;			

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-17	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	Krupnik jaglany na śmietanie + mięso gotowane	7,9	500ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml
				Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150 ml	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150 ml
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				surówka z buraków		150g	surówka z buraków		75g
				surówka z kiszzonej kapusty			surówka z kiszzonej kapusty		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
PODWIECZOREK	Mus owocowy		200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							ser biały	7	80g
							Rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa koperkowa+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Serek ziarnisty	7	150g	serek ziarnisty	7	80g
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				Pomidor b/s		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	<b>ENERGIA: 1932; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 232;</b>			<b>ENERGIA: 1938; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 305;</b>			<b>ENERGIA: 2148; BIAŁKO: 91; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 258;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-18	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
sobota	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Rosół jarski + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				pasta z tuńczyka	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	Barszcz czerwony z koperkiem i mięsem z indyka gotowanym	9	500ml	Barszcz czerwony	9	400ml	Barszcz czerwony z białą fasolą	9	400ml
				Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	300g/150 ml	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	300g/150 ml
				kalafior na parze		150g	kalafior na parze		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
PODWIECZOREK	sucharki	1,7	30g	sucharki	1,7	30g	Musli mandarynka	1	30g
							jogurt naturalny	7	100ml
KOLACJA	Zupa z dyni z kaszą manną + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				połudwica miodowa		80g	połudwica 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
	<b>ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 241;</b>			<b>ENERGIA: 1936; BIAŁKO: 67; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 295;</b>			<b>ENERGIA: 2188; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 252;</b>		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-19	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	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Kisiel owocowy		150g	Jabłko pieczone		1szt.	Banan		100g
OBIAD	Zupa zacierkowa z mięsem drobiowym gotowanym	1,3,9	500ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml
				Kotlet drobiowy parowany	1,3	120g	Kotlet drobiowy parowany	1,3	120g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				brokuł		150g	marchewka z groszkiem na gęsto	1,7	75g
				brokuł			brokuł		75g
Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
PODWIECZOREK	biszkopty	1,3,7	30g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							pasta z białej fasoli		80g
							ogórek kiszony		100g
KOLACJA	Zupa szczawiowa+ żółtko + mięso gotowane z indyka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta drobiowa	9	80g	pasta jajeczna	3,7	80g
				pomidor b/s		100g	wędlina drobiowa		60g
				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

2026-04-20	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 ziemniaczana na śmietanie z mięsem gotowanym	1,7,9	500ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	400ml
				Makaron ze szpinakiem i serem		300g	Makaron ze szpinakiem i serem		300g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
PODWIECZOREK	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	płatki wielozbożowe	1	30g
							jogurt	7	100ml
							jabłko		1szt.
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		250ml	Herbata		250ml
	<b>ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 118; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 226;</b>			<b>ENERGIA: 1953; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 317;</b>			<b>ENERGIA: 2113; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 264;</b>		



## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-11	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
sobota	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Makaron ze szpinakiem	1	300g	Makaron ze szpinakiem i serem białym	7	300g	Makaron ze szpinakiem i serem białym	1,7	300g
	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g	surówka z marchewki i jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Kisiel owocowy		250ml	Kisiel owocowy		250ml	Kisiel owocowy		250ml
<b>KOLACJA</b>	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

2026-04-12	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
niedziela	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml	Krupnik jaglany	9	400ml	Zupa grysikowa na rosole	1,9	400ml
	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml	Schab w sosie majerankowym	3	120g/150ml	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
<b>PODWIECZOREK</b>	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml
<b>KOLACJA</b>	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

2026-04-13	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
poniedziałek	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	Ryż na napoju roślinnym		300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
	parówki na ciepło		120g	parówki na ciepło		120g	kielbaska wege		120g
	ketchup		10	ketchup		10g	ketchup		10g
	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml
	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	300g	Makaron bezglutenowy ze szpinakiem		300g	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	300g
	marchewka w słupkach		100g	marchewka w słupkach		100g	marchewka w słupkach		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Budyń waniliowy na napoju roślinnym		100ml	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	100ml
<b>KOLACJA</b>	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, sałata 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

2026-04-14	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
wtorek	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa ryżowa	9	400ml	Zupa krem z zielonych warzyw z kaszą kukurydzianą	9	400ml	Zupa ryżowa	9	400ml
	Udko z kurczaka gotowane		120g	Udko z kurczaka gotowane		120g	Sos śmietankowy		150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		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
<b>PODWIECZOREK</b>	mus owocowy		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml
<b>KOLACJA</b>	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

2026-04-15	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
środa	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
<b>OBIAD</b>	Krem pomidorowy	9	400ml	Krem pomidorowy	9	400ml	Krem pomidorowy	9	400ml
	Makaron świderki	1	200g	Makaron z serem białym		300g	Makaron z serem białym	1,7	300g
	polewa owocowa		100ml	polewa owocowa		100ml	polewa owocowa		100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml
<b>KOLACJA</b>	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g	pasta z białek jaj	3	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

2026-04-16	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
czwartek	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą kukurydzianą		400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	1	400ml
	Gulasz wieprzowy	1,9	150g	Indyk w sosie koperkowym	9	150g	Gulasz warzywny	1,9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Mus owocowy z napojem roślinnym		200ml	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml
<b>KOLACJA</b>	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

2026-04-17	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
piątek	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
<b>OBIAD</b>	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml
	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150ml	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	120g/150ml	Pulpet z marchewki i białek jaj w sosie tymiankowym	3	120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	Budyń na napoju jaglanym		200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml
<b>KOLACJA</b>	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

2026-04-18	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
sobota	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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
	kielbasa szynkowa		80g	kielbasa 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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony	9	400ml	Barszcz czerwony	9	400ml	Barszcz czerwony	9	400ml
	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1	300g/150ml	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie		300g/150ml	Sos warzywno - ziołowy	1,3,9	300g/150ml
	surówka z czerwonej kapusty		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	sucharki	1,7	30g
<b>KOLACJA</b>	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	połudwica miodowa		80g	połudwica 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

2026-04-19	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
niedziela	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa zacierkowa	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		120g	Filet z kurczaka w sosie ziołowym	7	120g	sos śmietankowy	7	150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	biszkopty	1,3,7	30g
<b>KOLACJA</b>	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

2026-04-20	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
poniedziałek	1	2	3	1	2	3	1	2	3
<b>ŚNIADANIE</b>	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.
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
<b>OBIAD</b>	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Makaron ze szpinakiem	1	300g	Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i serem	1,7	300g	Makaron ze szpinakiem i serem	1,7	150ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
<b>PODWIECZOREK</b>	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml
<b>KOLACJA</b>	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		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. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-11	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
	Makaron ze szpinakiem i serem żółtym	1,7	220g	Makaron ze szpinakiem i serem żółtym	1,7	280g	Makaron ze szpinakiem i serem żółtym	1,7	280g	
	surówka z marchewki i jabłka		60ml	surówka z marchewki i jabłka		100ml	surówka z marchewki i jabłka		100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
PODWIECZOREK	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 ziółowy	7	20g	serek ziółowy	7	60g	serek ziółowy	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

2026-04-12	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
	Łopatka w sosie pieczeniowym	1	90g	Łopatka w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml	Łopatka w sosie pieczeniowym	1	120g/150ml	
	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	
PODWIECZOREK	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	24
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	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

2026-04-13	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
	parówki na ciepło		40	parówki na ciepło		70	parówki na ciepło		70	
	ketchup		10	ketchup		10	ketchup		10	
	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	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	350ml	102
	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	220g	Makaron zw sosie warzywno - mięsnyem	1	280g	Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem	1	280g	
	ogórek w słupkach		40g	ogórek w słupkach		100g	ogórek w słupkach		100g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
PODWIECZOREK	Jogurt naturalny	7	100ml	Jogurt naturalny	7	150ml	Chleb żytni	1	20g	18
							Masło	7	5g	
							pasta z białek jaj i ryby rzodkiewka	3,4	60g 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

2026-04-14	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
<b>ŚNIADANIE</b>	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	
	<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		
<b>OBIAD</b>	Zupa ogórkowa z ryżem	9	300ml	Zupa ogórkowa z ryżem	9	350ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym	9	350ml	99
	Udko z kurczaka gotowane		30g/60 ml	Udko z kurczaka gotowane		90g/100 ml	Udko z kurczaka gotowane		90g/100 ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka ze świeżych warzyw z oliwą		80g	surówka ze świeżych warzyw z oliwą		100g	surówka ze świeżych warzyw z oliwą		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	pomidory z jogurtem	7	75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
<b>PODWIECZOREK</b>	budyń	7	80g	budyń	7	100g	Chleb żytni	1	20g	22
							Masło	7	5g	
							serek wiejski	7	100g	
							pomidor		100g	
<b>KOLACJA</b>	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	
	<b>ENERGIA: 1002; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 118;</b>			<b>ENERGIA: 2098; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 90; WĘGLOWODANY: 246;</b>			<b>ENERGIA: 2090; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 76; WĘGLOWODANY: 242;</b>			

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-15	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
<b>ŚNIADANIE</b>	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	
	pastą z szynki i jajka	3	20g	pastą z szynki i jajka	3	30g	pastą 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		
<b>II ŚNIADANIE</b>	Gruszka		1/2szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	6
<b>OBIAD</b>	Krem z pomidorów z czerwonej soczewicy z koperkiem	9	300ml	Krem z pomidorów z czerwonej soczewicy z koperkiem	9	350ml	Krem z pomidorów z czerwonej soczewicy z koperkiem	9	350ml	93
	Makaron z serem białym	1,7	30g/60ml	Makaron z serem białym	1,7	90g/100ml	Makaron pełnoziarnisty z serem białym	1,7	90g/100ml	
	polewa owocowa		100g	polewa owocowa		180g	polewa owocowa		180g	
			80g							
Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml		
<b>PODWIECZOREK</b>	Kisiel owocowy		100ml	Kisiel owocowy		150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	16
						Masło	7	5g		
						serek fromage	7	60g		
						ogórek zielony		100g		
<b>KOLACJA</b>	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	połędwica sopocka		40g	połędwica sopocka		100g	połędwica sopocka		100g	
	ser żółty	7		ser żółty	7	20g	ser żółty	7	20g	
	papryka		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	<b>ENERGIA: 1006; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 44; WĘGLOWODANY: 116;</b>			<b>ENERGIA: 2145; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 100; WĘGLOWODANY: 247;</b>			<b>ENERGIA: 2151; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 244;</b>			

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-16	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4	
czwartek											
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 brokułowa z ziemniakami	1	300ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	1	350ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	1	350ml	75	
	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1	100g	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1	120g	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1	120g		
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		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		
PODWIECZOREK	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		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

2026-04-17	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	Krupnik z kaszą jaglaną	9	300ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	350ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	350ml	80
	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	90g	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	90g	Kotlet rybny w sosie jarzynowym	1,3,4	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z kiszanej kapusty		80g	surówka z kiszanej kapusty		100g	surówka z buraków surówka z kiszanej kapusty		75g 75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
PODWIECZOREK	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

2026-04-18	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
<b>ŚNIADANIE</b>	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	
	kielbasa szynkowa		20g	kielbasa szynkowa		40g	kielbasa 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	
<b>II ŚNIADANIE</b>	Gruszka		1/2szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	10
<b>OBIAD</b>	Barszcz czerwony z białą fasolą	9	300ml	Barszcz czerwony z białą fasolą	9	350ml	Barszcz czerwony z białą fasolą	9	350ml	92
	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	30g/60 ml	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	90g/100 ml	Kotlet ziemniaczano warzywny w sosie	1,3,9	90g/100 ml	
	surówka z czerwonej kapusty		100g	surówka z czerwonej kapusty		180g	surówka z czerwonej kapusty		180g	
	Kompot wielowocowy		80g	Kompot wielowocowy		100g	kalafior na parze		75g	
			150ml			250ml	surówka z czerwonej kapusty		75g	
<b>PODWIECZOREK</b>	sucharki	1,7	80ml	sucharki	1,7	100ml	Musli mandarynka jogurt naturalny	1	20g	20
								7	100ml	
<b>KOLACJA</b>	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	60
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	połudwica miodowa		20g	połudwica miodowa		40g	połudwica 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	
	<b>ENERGIA: 974; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 127;</b>			<b>ENERGIA: 2245; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 280;</b>			<b>ENERGIA: 2230; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 88; WĘGLOWODANY: 253;</b>			

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-19	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
<b>ŚNIADANIE</b>	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	
<b>II ŚNIADANIE</b>	Banan		80g	Banan		100g	Banan		100g	16
<b>OBIAD</b>	Zupa zacierkowa	1,3,9	300ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	350ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	350ml	71
	Kotlecik mielony w sosie warzywnym	1,3	30g/60 ml	Kotlet mielony w sosie warzywnym	1,3	90g/100ml	Kotlet mielony w sosie warzywnym	1,3	90g/100ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	marchewka z groszkiem na gęsto	1,7	80g	marchewka z groszkiem na gęsto	1,7	100g	marchewka z groszkiem na gęsto	1,7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	brokuł		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
<b>PODWIECZOREK</b>	biszkopty	1,3,7	15g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	20
						Masło	7	5g		
						pasta z białej fasoli		60g		
						ogórek kiszony		100g		
<b>KOLACJA</b>	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	57
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	60g	pasta jajeczna	3,7	60g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	pomidor		100g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	<b>ENERGIA: 1009; BIAŁKO: 20; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 136;</b>			<b>ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 239;</b>			<b>ENERGIA: 2039; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 234;</b>			

## Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-04-20	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
<b>ŚNIADANIE</b>	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	
<b>II ŚNIADANIE</b>	Mandarynka		1/2szt.	Mandarynka		1szt.	Mandarynka		1szt.	7
<b>OBIAD</b>	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	300ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	350ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	350ml	91
	Makaron ze szpinakiem i serem		30g/60ml 100g	Makaron ze szpinakiem i serem		90g/100ml 180g	Makaron ze szpinakiem i serem		90g/100ml 180g	
			80g							
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
<b>PODWIECZOREK</b>	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	płatki wielozbożowe	1	20g	24
						jogurt	7	150ml		
						jabłko		1szt. 5g		
<b>KOLACJA</b>	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	
	<b>ENERGIA: 945; BIAŁKO: 14; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 135;</b>			<b>ENERGIA: 2036; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 239;</b>			<b>ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 90; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 253;</b>			

# Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy