

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
11-20.05.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2596.58 kcal, B: 113.75 g, T: 104.14 g, W: 323.01 g, Błonnik [g]: 41.83, Cukier [g]: 99.07, Sód [mg]: 4817.15, Kwasy tł. nas. [g]: 48.25</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), <i>Płatki gryczane</i>) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) (<i>Jaja</i> kurze całe (03), <i>Szczypiorek</i>, <i>Majonez</i> (03)) Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) (<i>Woda</i>, <i>Ziemniaki</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Cukier</i>, <i>Koperek</i>, <i>Sól</i>, <i>Liście laurowe</i>, <i>Ziele angielskie</i>) Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) (<i>Szynka wieprzowa</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Woda</i>, <i>Kminek</i>, <i>Majeranek</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>) Ziemniaki z koperkiem 200g (<i>Ziemniaki</i>, <i>Koperek</i>, <i>Sól</i>) Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 100g (<i>Ogórek kiszony</i>, <i>Marchew</i>, <i>Olej rzepakowy</i>, <i>Cebula</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (<i>Tuńczyk</i> w sosie własnym (w wodzie) (04), <i>Joqurt</i> naturalny, 2% tłuszczu (07)) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g</p>
<p>E: 2676.6 kcal, B: 125.78 g, T: 89.43 g, W: 359.71 g, Błonnik [g]: 32.38, Cukier [g]: 103.03, Sód [mg]: 4471.73, Kwasy tł. nas. [g]: 46.43</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), <i>Płatki gryczane</i>) Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) (<i>Białko jaja</i> kurzego (03), <i>Wędlina wieprzowa</i>) Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) (<i>Woda</i>, <i>Ziemniaki</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Cukier</i>, <i>Koperek</i>, <i>Sól</i>, <i>Liście laurowe</i>, <i>Ziele angielskie</i>) Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) (<i>Szynka wieprzowa</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Woda</i>, <i>Kminek</i>, <i>Majeranek</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>) Ziemniaki z koperkiem 200g (<i>Ziemniaki</i>, <i>Koperek</i>, <i>Sól</i>) Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły</i>, <i>Marchew</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Oliwa z oliwek</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (<i>Tuńczyk</i> w sosie własnym (w wodzie) (04), <i>Joqurt</i> naturalny, 2% tłuszczu (07)) Kalafior 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Brokuły 100g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 2891.04 kcal, B: 147.26 g, T: 96.75 g, W: 375.41 g, Błonnik [g]: 32.51, Cukier [g]: 113.98, Sód [mg]: 4633.35, Kwasy tł. nas. [g]: 50.77</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Brokuły 100g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2656.5 kcal, B: 124.67 g, T: 87.42 g, W: 359.38 g, Błonnik [g]: 30.52, Cukier [g]: 102.94, Sód [mg]: 4539.95, Kwasy tł. nas. [g]: 30.26</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Brokuły 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 1850.56 kcal, B: 115.38 g, T: 58.75 g, W: 232.4 g, Błonnik [g]: 28.55, Cukier [g]: 88.1, Sód [mg]: 2656.41, Kwasy tł. nas. [g]: 24.11</p>	<p>Płatki gryczane na mleku z masłem i miodem 500g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane, Miód pszczeli, Masto ekstra (07))</i></p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 150g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemiaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłka pieczone, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1549.58 kcal, B: 94.41 g, T: 48.18 g, W: 196.57 g, Błonnik [g]: 23.85, Cukier [g]: 93.51, Sód [mg]: 1543.95, Kwasy tł. nas. [g]: 16.86</p>	<p>Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01) <i>(Woda, Ziemiaki, Pierś z indyka, Włoszczyzna (09), Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Mus owocowy 200g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 500g (09,03) <i>(Woda, Schab wieprzowy, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Włoszczyzna (09), Woda, Ziemiaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Kleik ryżowy na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Ryż biały)</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2163.95 kcal, B: 114.05 g, T: 85.54 g, W: 255.4 g, Błonnik [g]: 39.76, Cukier [g]: 69.2, Sód [mg]: 4124.23, Kwasy tł. nas. [g]: 40.09</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 75g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2628.78 kcal, B: 102.98 g, T: 103.18 g, W: 345.05 g, Błonnik [g]: 43.42, Cukier [g]: 72.31, Sód [mg]: 4574.97, Kwasy tł. nas. [g]: 26.65</p>	<p>Płatki gryczane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jajka kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 100g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń na bazie napoju roślinnego 300g <i>(Napój jaglany, Mąka ziemniaczana)</i></p>	<p>Chleb pszenno-żytni 90g Masło roślinne MR 20g Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Olej rzepakowy)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2519.28 kcal, B: 99.76 g, T: 107.93 g, W: 307.95 g, Błonnik [g]: 40.56, Cukier [g]: 103.52, Sód [mg]: 4695.95, Kwasy tł. nas. [g]: 48.28</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 100g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 60g Masło ekstra 20g (07) Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2558.58 kcal, B: 92.58 g, T: 105.18 g, W: 332.04 g, Błonnik [g]: 41.11, Cukier [g]: 104.18, Sód [mg]: 4364.35, Kwasy tł. nas. [g]: 51.99</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 400g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz jarzynowy (duszenie) 30g (09) <i>(Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 100g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Ogórek świeży 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddziałpediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2423.21 kcal, B: 104.75 g, T: 99.4 g, W: 298.41 g, Błonnik [g]: 40.12, Cukier [g]: 87.26, Sód [mg]: 4527.88, Kwasy tł. nas. [g]: 46.33</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb orkiszowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 350g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 120g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 180g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 100g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 150g (07)</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1158.22 kcal, B: 54.9 g, T: 42.27 g, W: 149.8 g, Błonnik [g]: 19.39, Cukier [g]: 52.02, Sód [mg]: 2460.19, Kwasy tł. nas. [g]: 16.68</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 200g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Chleb orkiszowy 30g (01)</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>Jabłko 80g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 250g (09) <i>(Woda, Ziemiaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 90g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemiaki z koperkiem 100g <i>(Ziemiaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 80g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Budyń gotowy 100g (07)</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 40g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 40g</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa 20g</p> <p>Ogórek świeży 20g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-11)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2030.23 kcal, B: 104.05 g, T: 81.7 g, W: 239.69 g, Błonnik [g]: 38.03, Cukier [g]: 63.64, Sód [mg]: 3898.99, Kwasy tł. nas. [g]: 38.09</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb orkiszowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw 350g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 120g (09) <i>(Szynka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Woda, Kminek, Majeranek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 75g <i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 150g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
11-20.05.2026 dieta podstawowa E: 2697.25 kcal, B: 86.23 g, T: 101.87 g, W: 380.48 g, Błonnik [g]: 48.66 , Cukier [g]: 118.3 , Sód [mg]: 2183.06 , Kwasy tł. nas. [g]: 43.01	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Pasztet drobiowy 80g Ogórek świeży 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana wegańska 15%, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ryż biały 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g <i>(Kapusta czerwona, Oliwa z oliwek, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Musli bezglutenowe 30g
11-20.05.2026 lekkostrawna E: 2580.22 kcal, B: 71.53 g, T: 102.23 g, W: 359.83 g, Błonnik [g]: 34.08 , Cukier [g]: 117.53 , Sód [mg]: 3312.66 , Kwasy tł. nas. [g]: 46.45	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i> Sałata 30g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Potrawka wegetariańska (gotowanie) 150g (09) <i>(Marchew, Seler korzeniowy (09), Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek śmietankowy naturalny 80g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Musli bezglutenowe 30g

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 2708.12 kcal, B: 95.77 g, T: 108.4 g, W: 353.95 g, Błonnik [g]: 33.57, Cukier [g]: 114.95, Sód [mg]: 3766.26, Kwasy tł. nas. [g]: 49.38</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Potrawka wegetariańska (gotowanie) 150g (09) <i>(Marchew, Seler korzeniowy (09), Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2547.54 kcal, B: 69.14 g, T: 99.86 g, W: 361.84 g, Błonnik [g]: 37.73, Cukier [g]: 123.56, Sód [mg]: 3247.82, Kwasy tł. nas. [g]: 35.58</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Brokuły 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Potrawka wegetariańska (gotowanie) 150g (09) <i>(Marchew, Seler korzeniowy (09), Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Marchewka julienne, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07)</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2163.97 kcal, B: 77.51 g, T: 80.98 g, W: 298.08 g, Błonnik [g]: 29.1, Cukier [g]: 85.68, Sód [mg]: 2665.73, Kwasy tł. nas. [g]: 28.16</p>	<p>Płatki jaglane na mleku z masłem i miodem 500g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane, Masło ekstra (07)</i>) Pasta mięsna 150g (<i>Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy</i>) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 500g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>) Potrąwka wegetariańska (gotowanie) 150g (09) (<i>Marchew, Seler korzeniowy (09), Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól</i>) Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g (<i>Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>		<p>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g (09,07) (<i>Herbata czarna, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna (09), Pierś z indyka, Brokuły, Śmietana wegańska 15%, Masło ekstra (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskostodzony 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1985.79 kcal, B: 88.08 g, T: 57.38 g, W: 295.57 g, Błonnik [g]: 27.03, Cukier [g]: 92.11, Sód [mg]: 1672.86, Kwasy tł. nas. [g]: 22.27</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (03,01) (<i>Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Pietruszka, Szynka wieprzowa, Żółtko jaj kurzego (03), Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Udziec indyka, Ziemniaki, Żółtko jaj kurzego (03), Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g (09,07) (<i>Herbata czarna, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna (09), Pierś z indyka, Brokuły, Śmietana wegańska 15%, Masło ekstra (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Kleik kukurydziany na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana</i>)</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
11-20.05.2026 dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>E: 2772.59 kcal, B: 88.84 g, T: 104.41 g, W: 396.25 g, Błonnik [g]: 56.46, Cukier [g]: 116.18, Sód [mg]: 2387.38, Kwasy tł. nas. [g]: 43.59</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Paszтет drobiowy 80g Ogórek świeży 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana wegańska 15%, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ryż brązowy 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 75g (03) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (03), Cebula, Pieprz)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 75g (07) <i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Kisiel malinowy, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Płatki jaglane 30g Jabłko 160g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2591.7 kcal, B: 79.19 g, T: 89.44 g, W: 387.71 g, Błonnik [g]: 51.31, Cukier [g]: 106.44, Sód [mg]: 1950.24, Kwasy tł. nas. [g]: 19.13</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki jaglane)</i></p> <p>Paszтет drobiowy 80g Ogórek świeży 100g Sałata 15g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrąwka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana węgariańska 15%, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i></p> <p>Ryż biały 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (03), Cebula, Pieprz)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g sałatka z kurczakiem i pomidorem 120g <i>(Piersz z kurczaka, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny sojowo 180g (06) Musli bezglutenowe 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2594.65 kcal, B: 78.19 g, T: 102.47 g, W: 360.83 g, Błonnik [g]: 46.54, Cukier [g]: 118.71, Sód [mg]: 2151.16, Kwasy tł. nas. [g]: 41.92</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Paszтет drobiowy 80g Ogórek świeży 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrąwka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana węgariańska 15%, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i></p> <p>Ryż biały 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (03), Cebula, Pieprz)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Musli bezglutenowe 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2636.58 kcal, B: 85.41 g, T: 89.82 g, W: 397.12 g, Błonnik [g]: 55.48, Cukier [g]: 110.4, Sód [mg]: 2562.02, Kwasy tł. nas. [g]: 40.28</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Paszтет z fasoli 80g (03,01,09) <i>(Fasola biała, Włoszczyzna (09), Jaja kurze całe (03), Chleb pszenny (01), Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana węgierska 15%, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (03), Cebula, Pieprz)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2499.58 kcal, B: 80.46 g, T: 97.59 g, W: 344.92 g, Błonnik [g]: 44.6, Cukier [g]: 103.91, Sód [mg]: 2096.85, Kwasy tł. nas. [g]: 41.7</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Paszтет drobiowy 80g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 120g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana węgierska 15%, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i></p> <p>Ryż biały 180g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g <i>(Kapusta czerwona, Oliwa z oliwek, Cebula, Pieprz)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 30g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-12)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1323.41 kcal, B: 45.94 g, T: 49.74 g, W: 184.03 g, Błonnik [g]: 24.17, Cukier [g]: 61.45, Sód [mg]: 1065.98, Kwasy tł. nas. [g]: 18.91</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Paszтет drobiowy 30g Ogórek świeży 40g Sałata 5g Masło ekstra 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 35g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 90g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana wegańska 15% , Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i></p> <p>Ryż biały 100g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 80g <i>(Kapusta czerwona, Oliwa z oliwek, Cebula, Pieprz)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser żółty 30g (07) Rzodkiewka 40g Sałata 5g Herbata czarna 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07) Musli bezglutenowe 10g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2575.32 kcal, B: 83.03 g, T: 100.03 g, W: 360.83 g, Błonnik [g]: 51.96, Cukier [g]: 101.75, Sód [mg]: 2300.77, Kwasy tł. nas. [g]: 42.26</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Paszтет drobiowy 80g Ogórek świeży 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 120g <i>(Cieciorka, Marchew, Pietruszka, Śmietana wegańska 15% , Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i></p> <p>Ryż brązowy 180g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 75g (03) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (03), Cebula, Pieprz)</i></p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 75g (07) <i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel malinowy, bez cukru 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Płatki jaglane 30g Jabłko 160g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2701.95 kcal, B: 96.79 g, T: 104.28 g, W: 368.43 g, Błonnik [g]: 46.96, Cukier [g]: 102.62, Sód [mg]: 4802.12, Kwasy tł. nas. [g]: 54.35</p>	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	
	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb 90g (01) Masło Sałatk roszp <i>(Buraki</i> <i>Roszp</i> Humn Pomic Herba</p>	

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)				
11-20.05.2026 lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja
<p>E: 2943.65 kcal, B: 100.3 g, T: 109.71 g, W: 408.22 g, Błonnik [g]: 35.79, Cukier [g]: 125.44, Sód [mg]: 4413.02, Kwasy tł. nas. [g]: 52.9</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb Masło Sałatka roszpon <i>(Buraki, Roszpon)</i> Pasta Pomidor Herbata</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 3080.75 kcal, B: 131.44 g, T: 114.03 g, W: 399.86 g, Błonnik [g]: 32.51, Cukier [g]: 122.73, Sód [mg]: 4930.62, Kwasy tł. nas. [g]: 61.56</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Serek wiejski naturalny 150g (07)</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09.01.03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01.03), Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Marchew 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2963.92 kcal, B: 110.02 g, T: 101.86 g, W: 417.38 g, Błonnik [g]: 29.77, Cukier [g]: 142.1, Sód [mg]: 3882.12, Kwasy tł. nas. [g]: 36.4</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09.01.03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojącyczny (01.03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Sałatka z brzoskwiń kandyzowanych 100g <i>(Brzoskwinia w syropie, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i> Mus jabłkowy 20g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina wieprzowa 60g Dżem truskawkowy niskosłodzony 40g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek wiejski lekki 150g (07) Marchew 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2509.91 kcal, B: 121.75 g, T: 67.56 g, W: 369.88 g, Błonnik [g]: 27.4, Cukier [g]: 161.97, Sód [mg]: 2688.55, Kwasy tł. nas. [g]: 35.93</p>	<p>Płatki owsiane na mleku z masłem i miodem 500g (07,01) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Miód pszczeli, Masto ekstra (07)) Serek wiejski naturalny 150g (07) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Makaron</i> czterojajeczny (01,03), <i>Przecier</i> pomidorowy, <i>Koncentrat</i> pomid. 30%, <i>Cukier, Pietruszka, Sól, Liście</i> laurowe, <i>Ziele</i> angielskie) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) (<i>Ryż</i> biały, <i>Jabłko</i> pieczone, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), <i>Cukier</i> waniliowy, <i>Cukier, Cynamon</i>) Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) (<i>Jogurt</i> naturalny, 2% tłuszczu (07), <i>Truskawki</i>) Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g (<i>Marchew, Jabłko, Oliwa</i> z oliwek, <i>Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka</i> owocowa, <i>Cukier</i>)</p>		<p>Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Marchew, Filety</i> z kurczaka, <i>Żółtko</i> jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), <i>Koperek, Liście</i> laurowe, <i>Ziele</i> angielskie)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 1180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1807.37 kcal, B: 76.71 g, T: 54.73 g, W: 262.2 g, Błonnik [g]: 24.69, Cukier [g]: 120.85, Sód [mg]: 2183.32, Kwasy tł. nas. [g]: 14.57</p>	<p>Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 501g (07) (<i>Woda, Szynka</i> wieprzowa, <i>Ryż</i> biały, <i>Marchew, Śmietana</i>, 12% tłuszczu (07), <i>Pietruszka, Olej</i> rzepakowy, <i>Liście</i> laurowe, <i>Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele</i> angielskie)</p>	<p>Mus owocowy 200g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03) (<i>Woda, Szynka</i> wieprzowa, <i>Włoszczyzna (09), Makaron</i> czterojajeczny (01,03), <i>Przecier</i> pomidorowy, <i>Żółtko</i> jaja kurzego (03), <i>Koncentrat</i> pomid. 30%, <i>Cukier, Pietruszka, Sól, Liście</i> laurowe, <i>Ziele</i> angielskie) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka</i> owocowa, <i>Cukier</i>)</p>	<p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Marchew, Filety</i> z kurczaka, <i>Żółtko</i> jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), <i>Koperek, Liście</i> laurowe, <i>Ziele</i> angielskie)</p>	<p>Sok przecierowy 300g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2484.8 kcal, B: 93.11 g, T: 102.22 g, W: 324.18 g, Błonnik [g]: 51.82, Cukier [g]: 86.87, Sód [mg]: 4476, Kwasy tł. nas. [g]: 46.75</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron pełnoziarnisty, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż brązowy, Jabłko pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Surówka z selera i soku z cytryny 74g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Olej rzepakowy, Sok z cytryny)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Hummus paprykowy 40g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2585.73 kcal, B: 67.74 g, T: 92.94 g, W: 394.79 g, Błonnik [g]: 54.49, Cukier [g]: 110.39, Sód [mg]: 4278.85, Kwasy tł. nas. [g]: 25.14</p>	<p>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki <u>owsiane</u> (01))</i></p> <p>Wędlna drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g <i>(Ryż biały, Jabłko pieczone, Napój jaglany, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i></p> <p>Polewa owocowa 100g <i>(Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Mus owocowy 200g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z <u>żyta</u> 90g (01) Masło roślinne MR 20g Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i> Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2626.7 kcal, B: 82.99 g, T: 107.7 g, W: 354.83 g, Błonnik [g]: 46.45, Cukier [g]: 109.11, Sód [mg]: 4794.72, Kwasy tł. nas. [g]: 54.09</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron bezglutenowy, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Hummus paprykowy 40g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2690.14 kcal, B: 91.44 g, T: 103.94 g, W: 371.91 g, Błonnik [g]: 47.64, Cukier [g]: 104.81, Sód [mg]: 4350.37, Kwasy tł. nas. [g]: 54.09</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Twarożek z jogurtem, warzywami i oliwą z oliwek 80g (07) <i>(Rzodkiewka, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Ogórek świeży, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłko pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Hummus paprykowy 40g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2588.3 kcal, B: 91.43 g, T: 100.39 g, W: 354.67 g, Błonnik [g]: 48.03, Cukier [g]: 95.21, Sód [mg]: 4634.89, Kwasy tł. nas. [g]: 51.09</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 350g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 280g (07) <i>(Ryż biały, Jabłko pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1254.38 kcal, B: 43.11 g, T: 39.43 g, W: 194.01 g, Błonnik [g]: 23.37, Cukier [g]: 60.7, Sód [mg]: 2206.35, Kwasy tł. nas. [g]: 17.6</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 30g Ogórek kiszony 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Pomarańcza 50g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 250g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepieczone pomidory, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 220g (07) <i>(Ryż biały, Jabłko pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 60g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 80g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Hummus paprykowy 40g Pomidor 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 30g (07) Rzodkiewka 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatric, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2364.46 kcal, B: 86.98 g, T: 97.94 g, W: 310.18 g, Błonnik [g]: 52.25, Cukier [g]: 79.35, Sód [mg]: 4298.57, Kwasy tł. nas. [g]: 43.28</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron pełnoziarnisty, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż brązowy zapiekany z jabłkami i cynamonem 280g (07) <i>(Ryż brązowy, Jabłko pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 80g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Surówka z selera i soku z cytryny 74g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Olej rzepakowy, Sok z cytryny)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Rzodkiewka 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2581.33 kcal, B: 100.91 g, T: 96.61 g, W: 349.37 g, Błonnik [g]: 45.42, Cukier [g]: 90.32, Sód [mg]: 2342.02, Kwasy tł. nas. [g]: 45.75</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Jaja kurze całe 100g (03)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem. 80g <i>(Ciecioraka, Ogórek świeży, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Koperek)</i></p>
<p>11-20.05.2026 lekkostrawna</p> <p>E: 2512.15 kcal, B: 110.21 g, T: 81.25 g, W: 352.38 g, Błonnik [g]: 33.98, Cukier [g]: 83.95, Sód [mg]: 2342.66, Kwasy tł. nas. [g]: 41.49</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03))</i></p> <p>Buraki 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Udziec indyka, Białko jaja kurzego (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 2771.95 kcal, B: 138.65 g, T: 97.51 g, W: 352.38 g, Błonnik [g]: 33.98, Cukier [g]: 83.95, Sód [mg]: 3430.46, Kwasy tł. nas. [g]: 46.97</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03))</i></p> <p>Buraki 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Udziec indyka, Białko jaja kurzego (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2456.71 kcal, B: 110.9 g, T: 76.98 g, W: 347.27 g, Błonnik [g]: 33.78, Cukier [g]: 79.27, Sód [mg]: 2395, Kwasy tł. nas. [g]: 23.81</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03))</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Udziec indyka, Białko jaja kurzego (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2081.7 kcal, B: 104.21 g, T: 65.8 g, W: 281.89 g, Błonnik [g]: 27.99, Cukier [g]: 91.08, Sód [mg]: 1358.04, Kwasy tł. nas. [g]: 29.15</p>	<p>Kasza manna na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), <i>Kasza manna</i> (01), <i>Miód pszczeli</i>, <i>Masto</i> ekstra (07)) Pasta z białek jaj i sera 150g (03,07) (<i>Ser twarogowy (twaróg)</i> chudy (07), <i>Białko jaja</i> kurzego (03)) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda</i>, <i>Seler</i> korzeniowy (09), <i>Ziemniaki</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Pietruszka</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>) Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) (<i>Udziec indyka</i>, <i>Białko jaja</i> kurzego (03), <i>Przecier pomidorowy</i>, <i>Bułka tarta</i> (01), <i>Olej rzepakowy</i>, <i>Pieprz ziołowy</i>) Kasza gryczana 200g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły</i>, <i>Oliwa z oliwek</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>		<p>Zupa zacierkowa z natką pietruszki 500g (09,01,03) (<i>Woda</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Jaja</i> kurze całe (03), <i>Mięso z ud kurczaka</i>, <i>Mąka pszenna</i>, typ 550 (01), <i>Liście laurowe</i>, <i>Pietruszka</i>, <i>Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), <i>Kasza manna</i> (01)) Sok przecierowy 200g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1751.3 kcal, B: 88.75 g, T: 53.18 g, W: 245.68 g, Błonnik [g]: 27.05, Cukier [g]: 82.6, Sód [mg]: 1069.81, Kwasy tł. nas. [g]: 25.25</p>	<p>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g (09,07) (<i>Woda</i>, <i>Ryż biały</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Pierś z indyka</i>, <i>Brokuły</i>, <i>Śmietana węgierska</i> 15%, <i>Masto</i> ekstra (07), <i>Koperek</i>, <i>Liście laurowe</i>, <i>Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Zupa selerowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (<i>Woda</i>, <i>Schab wieprzowy</i>, <i>Seler</i> korzeniowy (09), <i>Ziemniaki</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Żółtko jaja</i> kurzego (03), <i>Pietruszka</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Zupa zacierkowa z natką pietruszki 500g (09,01,03) (<i>Woda</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Jaja</i> kurze całe (03), <i>Mięso z ud kurczaka</i>, <i>Mąka pszenna</i>, typ 550 (01), <i>Liście laurowe</i>, <i>Pietruszka</i>, <i>Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), <i>Kasza manna</i> (01))</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2259.72 kcal, B: 99.38 g, T: 83.63 g, W: 299.89 g, Błonnik [g]: 44.91, Cukier [g]: 67.34, Sód [mg]: 2400.67, Kwasy tł. nas. [g]: 37.53</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane</i>)</p> <p>Jaja kurze całe 100g (03)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z <u>żyta</u> 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól</i>)</p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) (<i>Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</i>)</p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g (<i>Brokuły, Oliwa z oliwek</i>)</p> <p>Coleślaw 75g (07) (<i>Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól</i>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa</i>)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka owocowa bez cukru (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek</i>)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem. 80g (<i>Cieciorka, Ogórek świeży, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Koperek</i>)</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2627.3 kcal, B: 97.18 g, T: 98.96 g, W: 359.32 g, Błonnik [g]: 45.07, Cukier [g]: 84.26, Sód [mg]: 2473.86, Kwasy tł. nas. [g]: 27.7</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na napoju jaglanym 300g (01) (<i>Napój jaglany, Kasza manna (01)</i>)</p> <p>Jaja kurze całe 100g (03)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z <u>żyta</u> 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól</i>)</p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01) (<i>Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</i>)</p> <p>Kasza gryczana 200g</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły, Oliwa z oliwek</i>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g (03)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem. 80g (<i>Cieciorka, Ogórek świeży, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Koperek</i>)</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2504.8 kcal, B: 91.02 g, T: 102.98 g, W: 325.17 g, Błonnik [g]: 44.82, Cukier [g]: 97.15, Sód [mg]: 2297.15, Kwasy tł. nas. [g]: 46.15</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Jaja kurze całe 100g (03) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	Banan 130g	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03) <i>(Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem. 80g <i>(Ciecioraka, Ogórek świeży, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Koperek)</i></p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2493.37 kcal, B: 81.22 g, T: 92.65 g, W: 357.94 g, Błonnik [g]: 49, Cukier [g]: 95.17, Sód [mg]: 2343.56, Kwasy tł. nas. [g]: 44.47</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Jaja kurze całe 100g (03) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	Banan 130g	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>kotlety warzywne w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (09,01) <i>(Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy, Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 200g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem. 80g <i>(Ciecioraka, Ogórek świeży, Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Koperek)</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2106.49 kcal, B: 88.64 g, T: 74.29 g, W: 289.32 g, Błonnik [g]: 36.17, Cukier [g]: 91.78, Sód [mg]: 1797, Kwasy tł. nas. [g]: 34.82</p>	<p>Kasza manna na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jaja kurze całe 100g (03) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i> Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 120g (03,01) <i>(Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Kasza gryczana 180g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 150g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1057.21 kcal, B: 49.24 g, T: 32.2 g, W: 152.21 g, Błonnik [g]: 18.45, Cukier [g]: 53.29, Sód [mg]: 897.34, Kwasy tł. nas. [g]: 13.08</p>	<p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jaja kurze całe 30g (03) Papryka czerwona 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Banan 65g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 250g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i> Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 90g (03,01) <i>(Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Kasza gryczana 100g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 80g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 100g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek świeży 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Budyń śmietankowy z owocami 100g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-14)					
11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny E: 2273.69 kcal, B: 106.59 g, T: 89.05 g, W: 283.5 g, Błonnik [g]: 42.65, Cukier [g]: 68.5, Sód [mg]: 2780.23, Kwasy tł. nas. [g]: 40.35	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Posiłek nocny
	<p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Jaja kurze całe 100g (03) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Pietruszka, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 120g (03,01) <i>(Udziec indyka, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy, Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza gryczana 180g Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Coleślaw 75g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Galaretka owocowa bez cukru (po przyrządzeniu) 150g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2288.36 kcal, B: 94.91 g, T: 96.02 g, W: 278.69 g, Błonnik [g]: 33.75, Cukier [g]: 72.4, Sód [mg]: 4117.71, Kwasy tł. nas. [g]: 46.31</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 lekkostrawna</p> <p>E: 2354.4 kcal, B: 100.07 g, T: 92.81 g, W: 291.57 g, Błonnik [g]: 24.85, Cukier [g]: 83.11, Sód [mg]: 3970.73, Kwasy tł. nas. [g]: 44.07</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 2549 kcal, B: 116.91 g, T: 104.97 g, W: 295.65 g, Błonnik [g]: 25.25, Cukier [g]: 87.19, Sód [mg]: 4704.93, Kwasy tł. nas. [g]: 50.78</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Serek śmietankowy fromage light 80g (07)</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2145.54 kcal, B: 96.57 g, T: 71.33 g, W: 290.52 g, Błonnik [g]: 25.17, Cukier [g]: 85.63, Sód [mg]: 3597.09, Kwasy tł. nas. [g]: 28.51</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Potrawka z kurczaka - gotowana 120g <i>(Śmietana węgalska 15%, Pierś z kurczaka, Woda, Cukinia, Kalafior)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Marchewka julienne, Ryż biały, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgalska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Buraki na ciepło 100g <i>(Buraki, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Mus owocowy 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2417.57 kcal, B: 135.17 g, T: 73.19 g, W: 315.99 g, Błonnik [g]: 26.04, Cukier [g]: 128.84, Sód [mg]: 3893.59, Kwasy tł. nas. [g]: 30.95</p>	<p>Płatki jaglane na mleku z masłem i miodem 500g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane, Masło ekstra (07))</i></p> <p>Pasta mięsna 150g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgalska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z buraków 100g <i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>		<p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 525g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Mięso z ud kurczaka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 1180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1609.43 kcal, B: 76.75 g, T: 44.45 g, W: 232.51 g, Błonnik [g]: 23.22, Cukier [g]: 93.05, Sód [mg]: 2080.32, Kwasy tł. nas. [g]: 15.16</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,01,03) (Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko <u>jaja</u> kurzego (03), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus owocowy 200g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (Woda, Udziec indyka, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Żółtko <u>jaja</u> kurzego (03), Koperek, Pieprz, Sól)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 500g (09,01) (Woda, Włoszczyzna (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Mięso z ud kurczaka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p> pudding ryżowy na mleku 300g (07) (<u>Mleko</u> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Ryż biały)</p>
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2729.8 kcal, B: 120.22 g, T: 117.22 g, W: 321.67 g, Błonnik [g]: 42.36, Cukier [g]: 94.47, Sód [mg]: 4908.55, Kwasy tł. nas. [g]: 54.22</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Parówki drobiowe 100g</p> <p>Kecup 15g</p> <p>Ogórki konserwowe 100g (12,10)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 400g (09) (Woda, Włoszczyzna (09), Ryż brązowy, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</p> <p>Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (<u>Morszczuk</u>, filet, świeży, Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, Koperek, Sól)</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 75g (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz)</p> <p>Surówka z buraków 75g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g (Woda, Mieszanka owocowa)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Chleb graham (<u>pszenica</u>) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Pomidor 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham (<u>pszenica</u>) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Płatki <u>owsiane</u> 30g (01)</p> <p>Banan 130g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2438.96 kcal, B: 71.71 g, T: 97.6 g, W: 336.97 g, Błonnik [g]: 39.18, Cukier [g]: 66.71, Sód [mg]: 4147.99, Kwasy tł. nas. [g]: 24.98</p>	<p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Keczup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 90g Masło roślinne MR 20g Pasta warzywna 80g Miód pszczeli 40g Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny sojowo 180g (06) Mus jabłkowy 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2242.16 kcal, B: 88.67 g, T: 98.21 g, W: 269.09 g, Błonnik [g]: 32.73, Cukier [g]: 75.46, Sód [mg]: 3984.81, Kwasy tł. nas. [g]: 46.13</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2360.43 kcal, B: 80.07 g, T: 101.69 g, W: 298.21 g, Błonnik [g]: 40.18, Cukier [g]: 70.85, Sód [mg]: 4820.07, Kwasy tł. nas. [g]: 39.44</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki sojowe 120g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01) <i>(Cieciorka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07)</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2137.55 kcal, B: 82.53 g, T: 90.07 g, W: 266.19 g, Błonnik [g]: 32.7, Cukier [g]: 68.76, Sód [mg]: 3756.49, Kwasy tł. nas. [g]: 43.19</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 120g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgierska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 100g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 100g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Mus jabłkowy 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1036.07 kcal, B: 45.28 g, T: 39.13 g, W: 135.02 g, Błonnik [g]: 16.68, Cukier [g]: 39.89, Sód [mg]: 1942.87, Kwasy tł. nas. [g]: 16.98</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 40g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 40g (12,10) Masło ekstra 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Gruszka 65g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 90g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 100g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 80g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 15g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni 30g Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 40g (07) Papryka czerwona 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 90g (07) Mus jabłkowy 10g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-15)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2518.32 kcal, B: 107.16 g, T: 104.87 g, W: 308.96 g, Błonnik [g]: 41.13, Cukier [g]: 91.53, Sód [mg]: 4421.19, Kwasy tł. nas. [g]: 49.87</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 70g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż brązowy, Szpinak, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Morszczuk w sosie śmietanowym (gotowanie) 120g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana wegańska 15%, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz)</i> Surówka z buraków 75g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Wędlina wieprzowa 50g Pomidor 100g</p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Płatki owsiane 30g (01) Banan 130g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
11-20.05.2026 dieta podstawowa E: 2540.84 kcal, B: 78.66 g, T: 106.6 g, W: 336.13 g, Błonnik [g]: 37.43 , Cukier [g]: 125.66 , Sód [mg]: 3574.12 , Kwasy tł. nas. [g]: 57.53	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 160g	Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 401g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g
11-20.05.2026 lekkostrawna E: 2455.72 kcal, B: 80.99 g, T: 96.97 g, W: 331.51 g, Błonnik [g]: 31.57 , Cukier [g]: 121.72 , Sód [mg]: 3108.94 , Kwasy tł. nas. [g]: 54.63	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Barszcz czerwony z ziemniakami 348g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Kisiel owocowy 200g	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20g

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 2718.92 kcal, B: 105.63 g, T: 109.65 g, W: 344.19 g, Błonnik [g]: 31.57, Cukier [g]: 130.12, Sód [mg]: 3721.34, Kwasy tł. nas. [g]: 60.03</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01)</i>) Wędlina wieprzowa 60g Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek</i>) Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 348g (09) (<i>Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (01,07) (<i>Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki</i>) Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g (<i>Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) (<i>Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa</i>)</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2332.39 kcal, B: 80.06 g, T: 71.8 g, W: 355.39 g, Błonnik [g]: 27.79, Cukier [g]: 141.63, Sód [mg]: 2455.31, Kwasy tł. nas. [g]: 29.33</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki ryżowe na mleku 300g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki ryżowe</i>) Wędlina wieprzowa 60g Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek</i>) Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 348g (09) (<i>Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (01,07) (<i>Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki</i>) Banan 130g Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek śmietankowy fromage light 80g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2050.51 kcal, B: 81.92 g, T: 63.55 g, W: 301.95 g, Błonnik [g]: 26.8, Cukier [g]: 94.2, Sód [mg]: 2869.42, Kwasy tł. nas. [g]: 26.08</p>	<p>Płatki żytnie na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01), Miód pszczeli, Masto ekstra (07)</i>) Serek wiejski naturalny 150g (07) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 348g (09) (<i>Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (01,07) (<i>Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki</i>) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g (<i>Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>		<p>Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) (<i>Woda, Szyńka wieprzowa, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pietruszka, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskostodzony 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1821.21 kcal, B: 77.26 g, T: 46.53 g, W: 285.23 g, Błonnik [g]: 26.67, Cukier [g]: 112.86, Sód [mg]: 1629.13, Kwasy tł. nas. [g]: 13.21</p>	<p>Zupa krem z zielonych warzyw z mięsem gotowanym i śmietanką 508g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Kasza jaglana, Cukinia, Pierś z indyka, Śmietana wegańska 15%</i>)</p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (09,03) (<i>Woda, Szyńka wieprzowa, Buraki, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) (<i>Woda, Szyńka wieprzowa, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pietruszka, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Sok przecierowy 300g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2714.22 kcal, B: 90.28 g, T: 118.7 g, W: 345.13 g, Błonnik [g]: 52.49, Cukier [g]: 111.79, Sód [mg]: 3875.67, Kwasy tł. nas. [g]: 64.66</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron pełnoziarnisty (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (07) <i>(Makaron pełnoziarnisty, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Mandarynki 70g Surówka z marchwi i selera 75g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel malinowy, bez cukru 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2305.64 kcal, B: 63.37 g, T: 86.99 g, W: 338.8 g, Błonnik [g]: 43.98, Cukier [g]: 111.47, Sód [mg]: 3840.3, Kwasy tł. nas. [g]: 21.81</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 401g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron (gotowanie) z polewą owocową 220g (01) <i>(Makaron bezjajeczny (01), Truskawki)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny sojowo 180g (06) Dżem truskawkowy niskostodzony 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2479.69 kcal, B: 72.05 g, T: 110.41 g, W: 319.47 g, Błonnik [g]: 46.34, Cukier [g]: 124.24, Sód [mg]: 3341.16, Kwasy tł. nas. [g]: 57.53</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) (<u>Mleko</u> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki <u>orkiszowe</u>) Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 400g (09) (Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie) Makaron bezglutenowy (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (07) (Makaron bezglutenowy, <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier) Surówka z marchwi i selera 100g (09) (<u>Seler</u> korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p><u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2463.57 kcal, B: 70.21 g, T: 103.09 g, W: 333.12 g, Błonnik [g]: 37.51, Cukier [g]: 122.13, Sód [mg]: 3076.48, Kwasy tł. nas. [g]: 55.3</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki <u>żytnie</u> (01)) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) (<u>Jaja</u> kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03)) Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z <u>żyta</u> 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 401g (09) (Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie) Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 300g (01,07) (Makaron bezjajeczny (01), <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier) Surówka z marchwi i selera 100g (09) (<u>Seler</u> korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb <u>pszenny</u> 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p><u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2396.82 kcal, B: 75.36 g, T: 104.66 g, W: 306.5 g, Błonnik [g]: 34.97, Cukier [g]: 108.13, Sód [mg]: 3467.56, Kwasy tł. nas. [g]: 56.54</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 280g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1227.66 kcal, B: 41.67 g, T: 45.77 g, W: 171.72 g, Błonnik [g]: 18.23, Cukier [g]: 65.66, Sód [mg]: 1679.2, Kwasy tł. nas. [g]: 24.27</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 30g Pomidor 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 80g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 250g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 220g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny (01), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 40g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owocowy 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek typu Fromage, naturalny 40g (07) Ogórek kiszony 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 90g (07) Dżem truskawkowy niskosłodzony 10g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-16)					
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2593.33 kcal, B: 87.3 g, T: 116.73 g, W: 321.36 g, Błonnik [g]: 50.28, Cukier [g]: 99.14, Sód [mg]: 3818.1, Kwasy tł. nas. [g]: 63.66</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz z białą fasolą i ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna (09), Kapusta biała, Ziemniaki, Fasola biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron pełnoziarnisty (gotowanie) w sosie jogurtowo-owocowym 280g (07) <i>(Makaron pełnoziarnisty, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Mandarynki 70g Surówka z marchwi i selera 75g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel malinowy, bez cukru 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
11-20.05.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2979.57 kcal, B: 117.46 g, T: 119.35 g, W: 385.33 g, Błonnik [g]: 44.8, Cukier [g]: 91.89, Sód [mg]: 3874.33, Kwasy tł. nas. [g]: 41.57	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Rosół z makaronem 400g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Udko z kurczaka pieczone 150g <i>(Udka kurczaka, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb orkiszowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 120g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Wędlina drobiowa 40g Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g	Wafle ryżowe 90g Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i>
11-20.05.2026 lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 3100.91 kcal, B: 138.92 g, T: 94.38 g, W: 440.09 g, Błonnik [g]: 28.61, Cukier [g]: 103.37, Sód [mg]: 3538.13, Kwasy tł. nas. [g]: 40.14	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g (07) Miód pszczeli 40g Sałata 30g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Rosół z makaronem 400g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Udka z kurczaka parowane 150g <i>(Udka kurczaka, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Kalafior 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Budyń gotowy 200g (07)	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g	Wafle ryżowe 90g Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 3355.91 kcal, B: 169.9 g, T: 108.4 g, W: 441.33 g, Błonnik [g]: 28.61, Cukier [g]: 104.21, Sód [mg]: 4469.33, Kwasy tł. nas. [g]: 45.08</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g (07)</p> <p>Miód pszczeli 40g</p> <p>Sałata 30g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i></p> <p>Udło z kurczaka parowane 150g <i>(Udło kurczaka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Sałotka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Sałata 15g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Wafle ryżowe 90g</p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p>
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 3223.56 kcal, B: 147.85 g, T: 114.09 g, W: 418.58 g, Błonnik [g]: 30.5, Cukier [g]: 104.76, Sód [mg]: 4226.05, Kwasy tł. nas. [g]: 38.05</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g (07)</p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Miód pszczeli 40g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i></p> <p>Udło z kurczaka parowane 150g <i>(Udło kurczaka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Sałotka jarzynowa z białkiem jaj i jogurtem naturalnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Kalafior 100g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2271.27 kcal, B: 121.98 g, T: 81.2 g, W: 276.63 g, Błonnik [g]: 23.2, Cukier [g]: 89.36, Sód [mg]: 2315.17, Kwasy tł. nas. [g]: 37.73</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku z masłem i miodem 500g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Masło ekstra (07))</i> Ser twarogowy (twaróg) chudy 150g (07) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezglutenowy (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Udka z kurczaka parowane 150g <i>(Udka kurczaka, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Kalafior 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) <i>(Woda, Ziemniaki, Szyunka wieprzowa, Śmietana węgierska 15%, Masło ekstra (07), Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Majeranek, Sól)</i></p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłka pieczone, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1938.26 kcal, B: 77 g, T: 87.05 g, W: 221.63 g, Błonnik [g]: 24.19, Cukier [g]: 96.65, Sód [mg]: 3134.64, Kwasy tł. nas. [g]: 33.44</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa krem z dyni z żółtkiem i mięsem gotowanym 516g (09) <i>(Woda, Szyunka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Śmietana węgierska 15%, Dynia, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus owocowy 200g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 500g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezglutenowy (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) <i>(Woda, Ziemniaki, Szyunka wieprzowa, Śmietana węgierska 15%, Masło ekstra (07), Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Majeranek, Sól)</i></p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pudding ryżowy na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Ryż biały)</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2610.7 kcal, B: 117.64 g, T: 122.19 g, W: 286.86 g, Błonnik [g]: 48.7, Cukier [g]: 66.58, Sód [mg]: 3997.96, Kwasy tł. nas. [g]: 46.78</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g (09) <i>(Woda, Makaron pełnoziarnisty, Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Udko z kurczaka pieczone 150g <i>(Udka kurczaka, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 75g (07) <i>(Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Kalafior 75g Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb orkiszowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 120g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Wędlina wieprzowa 60g Ogórki konserwowe 100g (12,10)</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2873.97 kcal, B: 113.2 g, T: 123.45 g, W: 354.37 g, Błonnik [g]: 45.13, Cukier [g]: 63.82, Sód [mg]: 3893.46, Kwasy tł. nas. [g]: 28.66</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Kasza kukurydziana)</i> Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Udko z kurczaka pieczone 150g <i>(Udka kurczaka, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g <i>(Por, Kukurydza, Marchew, Olej rzepakowy)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń na bazie napoju roślinnego 300g <i>(Napój jaglany, Mąka ziemniaczana)</i></p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb orkiszowy 90g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka jarzynowa 120g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Wafle ryżowe 30g Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa) E: 2981.35 kcal, B: 116.68 g, T: 132.51 g, W: 355.44 g, Błonnik [g]: 44.9, Cukier [g]: 92.93, Sód [mg]: 4148.65, Kwasy tł. nas. [g]: 45.48	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g	II Śniadanie Mandarynki 70g	Obiad Rosół z makaronem bezglutenowym 400g (09) <i>(Woda, Makaron bezglutenowy, Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Udko z kurczaka pieczone 150g <i>(Udka kurczaka, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczerek* Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 120g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i> Wafle ryżowe 90g
	11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska) E: 2916.27 kcal, B: 83.46 g, T: 118.97 g, W: 407.29 g, Błonnik [g]: 50.57, Cukier [g]: 99.65, Sód [mg]: 3786.15, Kwasy tł. nas. [g]: 42.16	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Mandarynki 70g	Obiad Rosół na wywarze warzywnym z makaronem 350g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezglutenowy (01), Marchew, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Sos jarzynowy z soczewicą (duszenie) 150g <i>(Pomidor, Cukinia, Pieczarka, Soczewica czerwona, Cebula, Por, Bazylia, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g (07) <i>(Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczerek* Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb orkiszowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 120g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2659.58 kcal, B: 103.45 g, T: 102.47 g, W: 356.54 g, Błonnik [g]: 43.36, Cukier [g]: 79.8, Sód [mg]: 3609.64, Kwasy tł. nas. [g]: 36.85</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana</i>) Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Rosół z makaronem 350g (09,01) (<i>Woda, Makaron beżajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól</i>) Kawałki kurczaka w sosie własnym 120g (<i>Mięso z ud kurczaka, Woda, Pieprz ziołowy</i>) Ziemniaki z koperkiem 180g (<i>Ziemniaki, Koperek, Sól</i>) Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 100g (07) (<i>Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Budyń gotowy 150g (07)</p>	<p>Chleb orkiszowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 100g (03,10) (<i>Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula</i>) Wędlina drobiowa 40g Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta mięsna 80g (<i>Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy</i>)</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1264.69 kcal, B: 56.48 g, T: 41.07 g, W: 179.35 g, Błonnik [g]: 20.18, Cukier [g]: 47.58, Sód [mg]: 1748.92, Kwasy tł. nas. [g]: 14.09</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana</i>) Hummus pomidorowy 30g Sałata 5g Rzodkiewka 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Mandarynki 35g</p>	<p>Rosół z makaronem 250g (09,01) (<i>Woda, Makaron beżajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól</i>) Kawałki kurczaka w sosie własnym 90g (<i>Mięso z ud kurczaka, Woda, Pieprz ziołowy</i>) Ziemniaki z koperkiem 100g (<i>Ziemniaki, Koperek, Sól</i>) Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 80g (07) (<i>Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)</i>) Kompot z owoców mieszanych 150g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Budyń gotowy 100g (07)</p>	<p>Chleb orkiszowy 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Sałatka jarzynowa 20g (03,10) (<i>Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula</i>) Wędlina drobiowa 20g Pomidor 40g Sałata 5g Herbata czarna 150g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Pasta mięsna 30g (<i>Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy</i>)</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-17)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2360.74 kcal, B: 103.34 g, T: 108.54 g, W: 268.66 g, Błonnik [g]: 47.04, Cukier [g]: 60.91, Sód [mg]: 3815.2, Kwasy tł. nas. [g]: 42.27</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Hummus pomidorowy 80g Sałata 15g Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Rosół z makaronem 350g (09) <i>(Woda, Makaron pełnoziarnisty, Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Kawałki kurczaka w sosie własnym 120g <i>(Mięso z ud kurczaka, Woda, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 75g (07) <i>(Por, Kukurydza, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Kalafior 75g Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 150g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb orkiszowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 120g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Pomidor 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Wędlina wieprzowa 60g Ogórki konserwowe 100g (12,10)</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
11-20.05.2026 dieta podstawowa E: 2233 kcal , B: 90.05 g , T: 72.08 g , W: 324.36 g , Błonnik [g]: 35.86 , Cukier [g]: 103.97 , Sód [mg]: 2670.04 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.84	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko 100g	Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana, 18% tłuszczu (07), Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Biszkopty 30g (01,03)	Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g	Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Sok przecierowy 200g
11-20.05.2026 lekkostrawna E: 2179.7 kcal , B: 92.39 g , T: 60.98 g , W: 329.66 g , Błonnik [g]: 28.29 , Cukier [g]: 106.12 , Sód [mg]: 2779.9 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.85	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Sól)</i> Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Biszkopty 30g (01,03)	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 80g (07) Sałata 30g Herbata czarna 250g	Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Sok tłoczony 200g

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 2486.5 kcal, B: 115.83 g, T: 82.68 g, W: 333.74 g, Błonnik [g]: 28.69, Cukier [g]: 110.2, Sód [mg]: 3645.5, Kwasy tł. nas. [g]: 44.14</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki <i>orkiszowe</i>)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (<i>Tuńczyk</i> w sosie własnym (w wodzie) (04), <i>Jogurt</i> naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Serek śmietankowy fromage light 80g (07)</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Marchew</i>, <i>Ziemniaki</i>, <i>Pietruszka</i>, <i>Sól</i>)</p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g (<i>Ryż biały</i>, <i>Schab wieprzowy</i>, <i>Przecier pomidorowy</i>, <i>Kapusta biała</i>, <i>Koncentrat pomid.</i> 30%, <i>Olej rzepakowy</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>)</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły</i>, <i>Marchew</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Oliwa z oliwek</i>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07)</p> <p>Sałata 30g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p>	<p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), <i>Kasza manna</i> (01))</p> <p>Sok tłoczony 200g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 1944.8 kcal, B: 80.06 g, T: 53.89 g, W: 298.08 g, Błonnik [g]: 26.46, Cukier [g]: 92.16, Sód [mg]: 2718.08, Kwasy tł. nas. [g]: 19.85</p>	<p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (<i>Tuńczyk</i> w sosie własnym (w wodzie) (04), <i>Jogurt</i> naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Marchew</i>, <i>Ziemniaki</i>, <i>Pietruszka</i>, <i>Sól</i>)</p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g (<i>Ryż biały</i>, <i>Schab wieprzowy</i>, <i>Przecier pomidorowy</i>, <i>Kapusta biała</i>, <i>Koncentrat pomid.</i> 30%, <i>Olej rzepakowy</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>)</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (<i>Brokuły</i>, <i>Marchew</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Oliwa z oliwek</i>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07)</p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), <i>Kasza manna</i> (01))</p> <p>Sok tłoczony 200g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
11-20.05.2026 dieta papkowata E: 1850.83 kcal, B: 100.05 g, T: 37.59 g, W: 292.45 g, Błonnik [g]: 28.75, Cukier [g]: 105.68, Sód [mg]: 2750.65, Kwasy tł. nas. [g]: 18.23	Płatki orkiszowe na mleku 500g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe, Miód pszczeli, Masło ekstra (07))</i> Pasta z tuńczyka 150g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, Sól)</i> Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>		Zupa pomidorowa z makaronem i mięsem gotowanym 550g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szyńka wieprzowa, Makaron czterojajeczny (01,03), Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>	Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Sok przecierowy 200g
11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona E: 1462.12 kcal, B: 84.85 g, T: 36.52 g, W: 213.81 g, Błonnik [g]: 24.9, Cukier [g]: 90.94, Sód [mg]: 1651.16, Kwasy tł. nas. [g]: 15.53	Zupa z cukinii z kaszą manną, dodatkiem żółtka oraz mi 500g (09,07,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Cukinia, Filety z kurczaka, Kasza manna (01), Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Zupa marchewkowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Szyńka wieprzowa, Włoszczyzna (09), Marchew, Ziemniaki, Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Zupa pomidorowa z makaronem i mięsem gotowanym 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szyńka wieprzowa, Makaron czterojajeczny (01,03), Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i>	Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2498.8 kcal, B: 99.25 g, T: 95.71 g, W: 332.85 g, Błonnik [g]: 54.01, Cukier [g]: 82.48, Sód [mg]: 3101.88, Kwasy tł. nas. [g]: 43.07</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 100g</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana, 18% tłuszczu (07), Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż brązowy, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p> <p>Sałata z oliwą i warzywami 50g <i>(Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Hummus paprykowy 60g Rzodkiewka 50g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Płatki jaglane 30g Gruszka 130g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2629.85 kcal, B: 84.96 g, T: 106.48 g, W: 354.08 g, Błonnik [g]: 40.17, Cukier [g]: 85, Sód [mg]: 3388.27, Kwasy tł. nas. [g]: 23.89</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki <u>orkiszowe</u>)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(<u>Tuńczyk</u> w sosie własnym (w wodzie) (04), Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Masło roślinne MR 20g Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana wegańska 15% , Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z <u>żyta</u> 90g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta warzywna 80g Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Kasza manna na napoju jaglanym 200g (01) <i>(Napój jaglany, Kasza manna (01))</i></p> <p>Sok przecierowy 200g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2063.65 kcal, B: 84.7 g, T: 69.34 g, W: 294.5 g, Błonnik [g]: 36.6, Cukier [g]: 82.52, Sód [mg]: 2682.69, Kwasy tł. nas. [g]: 36.21</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(<u>Mleko</u> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki <u>orkiszowe</u>)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(<u>Tuńczyk</u> w sosie własnym (w wodzie) (04), <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana wegańska 15% , Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Gruszka 130g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2418.71 kcal, B: 73.34 g, T: 79.27 g, W: 371.7 g, Błonnik [g]: 36.71, Cukier [g]: 104.94, Sód [mg]: 2747.53, Kwasy tł. nas. [g]: 43.7</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Miód pszczeli 40g</p>	<p>Jabłko 100g</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana, 18% tłuszczu (07), Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki wegetariańskie bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 300g <i>(Ryż biały, Przepiórka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Sok przecierowy 200g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2077.24 kcal, B: 83.99 g, T: 68.03 g, W: 300.03 g, Błonnik [g]: 34.38, Cukier [g]: 93.19, Sód [mg]: 2542.69, Kwasy tł. nas. [g]: 36.61</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 100g</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 350g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana, 18% tłuszczu (07), Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 280g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przepiórka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Kasza manna na mleku 150g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Sok przecierowy 150g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1106.45 kcal, B: 48.7 g, T: 29.86 g, W: 169.87 g, Błonnik [g]: 17.47, Cukier [g]: 56.46, Sód [mg]: 1355.1, Kwasy tł. nas. [g]: 15.32</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 200g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 30g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb mieszany 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Jabłko 65g</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 250g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana, 18% tłuszczu (07), Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 220g <i>(Ryż biały, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 40g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 15g (01,03)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 40g (07) Papryka czerwona 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Kasza manna na mleku 100g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Sok przecierowy 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatric, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-18)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2389.93 kcal, B: 94.51 g, T: 91.45 g, W: 319.51 g, Błonnik [g]: 51.46, Cukier [g]: 78.98, Sód [mg]: 2944.89, Kwasy tł. nas. [g]: 41.56</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 100g</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 350g (09,07) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Śmietana, 18% tłuszczu (07), Zakwas na żur, Koperek, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 280g <i>(Ryż brązowy, Schab wieprzowy, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p> <p>Sałata z oliwą i warzywami 50g <i>(Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Hummus paprykowy 50g Rzodkiewka 50g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Płatki jaglane 30g Gruszka 130g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2911.68 kcal, B: 118.77 g, T: 129.28 g, W: 339.6 g, Błonnik [g]: 40.51, Cukier [g]: 96.14, Sód [mg]: 4320.7, Kwasy tł. nas. [g]: 61.57</p>	<p>Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01))</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	Banan 130g	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Filet z indyka pieczony w ziołach 120g <i>(Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki 200g Colesław 100g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Kecup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g	Bułka grahamka 60g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomidor 100g
<p>11-20.05.2026 lekkostrawna</p> <p>E: 2909.47 kcal, B: 120.65 g, T: 122.94 g, W: 344.31 g, Błonnik [g]: 26.89, Cukier [g]: 77.3, Sód [mg]: 3576.49, Kwasy tł. nas. [g]: 50.06</p>	<p>Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01))</i></p> <p>Jajecznicza z białek jaj na parze 80g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Masło ekstra (07))</i></p> <p>Kalafior 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	Banan 130g	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g <i>(Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki 200g Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Kecup 15g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g	Bułka mleczna 60g (01,07,03) Serek wiejski naturalny 150g (07)

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa E: 3284.37 kcal, B: 150.16 g, T: 149.25 g, W: 349.4 g, Błonnik [g]: 26.89, Cukier [g]: 82.37, Sód [mg]: 4626.49, Kwasy tł. nas. [g]: 65.82	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01))</i> Jajecznica z białek jaj na parze 80g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Masło ekstra (07))</i> Kalafior 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g Wędlina drobiowa 60g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g <i>(Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i> Ziemniaki 200g Sałata z oliwą 100g <i>(Sałata, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g Serek twarogowy, ziarnisty 150g (07)	Dobry Posiłek Bułka mleczna 60g (01,07,03) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07)
	11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa E: 2686.4 kcal, B: 115.59 g, T: 95.23 g, W: 356.09 g, Błonnik [g]: 29.67, Cukier [g]: 79.21, Sód [mg]: 3098.9, Kwasy tł. nas. [g]: 30.54	Śniadanie Makaron na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01))</i> Jajecznica z białek jaj na parze 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Masło roślinne MR)</i> Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g <i>(Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i> Ziemniaki 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g (07) <i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Potrawka z kurczaka - gotowana 100g <i>(Śmietana wegańska 15%, Pierś z kurczaka, Woda, Cukinia, Kalafior)</i> Marchewka julienne 100g Herbata czarna 250g

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2183.6 kcal, B: 101.59 g, T: 73.64 g, W: 293.14 g, Błonnik [g]: 26.23, Cukier [g]: 84.94, Sód [mg]: 1485.16, Kwasy tł. nas. [g]: 24.61</p>	<p>Makaron na mleku z masłem i miodem 500g (01,07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), <i>Makaron</i> bezjajeczny (01), <i>Miód</i> pszczeli, <i>Masło</i> ekstra (07))</p> <p>Jajecznica z białek jaj na parze 149g (03,07) (<i>Białko jaja</i> kurzego (03), <i>Masło</i> ekstra (07))</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	Banan 130g	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) (<i>Woda</i>, <i>Batat</i>, <i>Chleb pszenny</i> (01), <i>Dynia</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Ziemniaki</i>, <i>Olej</i> rzepakowy, <i>Koperek</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>)</p> <p>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g (<i>Pierś</i> z indyka, <i>Oliwa</i> z oliwek, <i>Zioła prowansalskie</i>)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Sałata z oliwą 100g (<i>Sałata</i>, <i>Oliwa</i> z oliwek)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>		<p>Krem z białych warzyw z kaszą, żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (07,03,09) (<i>Woda</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Seler</i> korzeniowy (09), <i>Kasza</i> kukurydziana, <i>Pietruszka</i>, <i>Filety</i> z kurczaka, <i>Żółtko jaja</i> kurzego (03), <i>Śmietana</i>, 12% tłuszczu (07), <i>Koperek</i>, <i>Liście laurowe</i>, <i>Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07)</p> <p>Jabłka pieczone 30g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1700.35 kcal, B: 78.99 g, T: 45.13 g, W: 253.71 g, Błonnik [g]: 26.86, Cukier [g]: 118.28, Sód [mg]: 1700.26, Kwasy tł. nas. [g]: 10.79</p>	<p>Zupa krem z białych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (<i>Woda</i>, <i>Ziemniaki</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Filety</i> z kurczaka, <i>Żółtko jaja</i> kurzego (03), <i>Cukier</i>, <i>Koperek</i>, <i>Sól</i>, <i>Liście laurowe</i>, <i>Ziele angielskie</i>)</p>	Mus owocowy 200g	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03) (<i>Woda</i>, <i>Udziec indyka</i>, <i>Batat</i>, <i>Chleb pszenny</i> (01), <i>Dynia</i>, <i>Włoszczyzna</i> (09), <i>Ziemniaki</i>, <i>Żółtko jaja</i> kurzego (03), <i>Olej</i> rzepakowy, <i>Koperek</i>, <i>Pieprz</i>, <i>Sól</i>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda</i>, <i>Mieszanka owocowa</i>, <i>Cukier</i>)</p>	Budyń gotowy 200g (07)	<p>Krem z białych warzyw z kaszą, żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (07,03,09) (<i>Woda</i>, <i>Kalafior</i>, <i>Seler</i> korzeniowy (09), <i>Kasza</i> kukurydziana, <i>Pietruszka</i>, <i>Filety</i> z kurczaka, <i>Żółtko jaja</i> kurzego (03), <i>Śmietana</i>, 12% tłuszczu (07), <i>Koperek</i>, <i>Liście laurowe</i>, <i>Ziele angielskie</i>)</p>	<p>Sok 100% tłoczony wieloowocowy 300g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa</p> <p>E: 2683.16 kcal, B: 116.39 g, T: 118.77 g, W: 308.89 g, Błonnik [g]: 43.4, Cukier [g]: 87.01, Sód [mg]: 3990.49, Kwasy tł. nas. [g]: 51.57</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron pełnoziarnisty</i>) Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) (<i>Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07)</i>) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi 400g (09,01) (<i>Woda, Batat, Chleb graham (pszenica) (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemiaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Filet z indyka pieczony w ziołach 120g (<i>Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie</i>) Ziemiaki 200g Szpinak na gęsto (duszony) 75g (07) (<i>Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pieprz, Sól</i>) Coleślaw 75g (07) (<i>Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cebula, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g</p>	<p>Posiłek nocny</p> <p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Pomidor 100g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2738.58 kcal, B: 101.3 g, T: 107.87 g, W: 360.15 g, Błonnik [g]: 42.98, Cukier [g]: 104.01, Sód [mg]: 4192.32, Kwasy tł. nas. [g]: 32.4</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Makaron na napój jaglany 300g (01) (<i>Napój jaglany, Makaron bezjajeczny (01)</i>) Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03) (<i>Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło roślinne MR</i>) Papryka czerwona 100g Masło roślinne MR 20g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) (<i>Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemiaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Filet z indyka pieczony w ziołach 120g (<i>Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie</i>) Ziemiaki 200g Coleślaw 100g (<i>Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Cebula, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Mus owocowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło roślinne MR 20g Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Bułka grahamka 60g (01)</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2838.08 kcal, B: 104.23 g, T: 135.3 g, W: 321.69 g, Błonnik [g]: 42.63, Cukier [g]: 97.91, Sód [mg]: 4402.5, Kwasy tł. nas. [g]: 61.76</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron bezglutenowy</i>) Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) (<i>Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07)</i>) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami bezglutenowymi 400g (09) (<i>Woda, Batat, Chleb bezglutenowy, Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Filet z indyka pieczony w ziołach 120g (<i>Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie</i>) Ziemniaki 200g Coleśław 100g (07) (<i>Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Kecup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07)</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2957.1 kcal, B: 107.97 g, T: 133.56 g, W: 350.22 g, Błonnik [g]: 42.88, Cukier [g]: 93.83, Sód [mg]: 4925.62, Kwasy tł. nas. [g]: 56.44</p>	<p>Makaron na mleku 300g (01,07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01)</i>) Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) (<i>Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07)</i>) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01) (<i>Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Kotlet jajeczny (pieczenie) 120g (03,01) (<i>Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Koper, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</i>) Ziemniaki 200g Coleśław 100g (07) (<i>Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki sojowe 120g Kecup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g</p>	<p>Bułka grahamka 60g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07)</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2596.54 kcal, B: 98.98 g, T: 111.41 g, W: 320.02 g, Błonnik [g]: 39.07, Cukier [g]: 92.15, Sód [mg]: 3788.76, Kwasy tł. nas. [g]: 54.9</p>	<p>Makaron na mleku 250g (01,07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01)) Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) (<i>Jajca</i> kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07)) Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 350g (09,01) (<i>Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Filet z indyka pieczony w ziołach 90g (<i>Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie</i>) Ziemniaki 180g Colesław 100g (07) (<i>Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 70g Kecup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g</p>	<p>Bułka grahamka 60g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 100g (07) Pomidor 100g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1230.92 kcal, B: 46.31 g, T: 45.45 g, W: 169.36 g, Błonnik [g]: 19.36, Cukier [g]: 51.5, Sód [mg]: 2006.32, Kwasy tł. nas. [g]: 19.76</p>	<p>Makaron na mleku 200g (01,07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron bezjajeczny (01)) Jajecznicza ze szczypiorkiem 30g (03,07) (<i>Jajca</i> kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07)) Papryka czerwona 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb orkiszowy 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Banan 65g</p>	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 250g (09,01) (<i>Woda, Batat, Chleb pszenny (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Filet z indyka pieczony w ziołach 30g (<i>Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie</i>) Ziemniaki 100g Colesław 80g (07) (<i>Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 150g (<i>Woda, Mieszanka owocowa, Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p>	<p>Chleb żytni razowy 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Parówki drobiowe 40g Kecup 15g Ogórki konserwowe 40g (12,10) Herbata czarna 150g</p>	<p>Bułka grahamka 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 30g (07) Pomidor 20g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-19)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2388.3 kcal, B: 99.84 g, T: 102.33 g, W: 287.78 g, Błonnik [g]: 41.34, Cukier [g]: 81.58, Sód [mg]: 3567.79, Kwasy tł. nas. [g]: 46.04</p>	<p>Makaron pełnoziarnisty na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Makaron pełnoziarnisty)</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szcypiorek, Masło ekstra (07))</i> Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi 350g (09,01) <i>(Woda, Batat, Chleb graham (pszenica) (01), Dynia, Włoszczyzna (09), Ziemiaki, Olej rzepakowy, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Filet z indyka pieczony w ziołach 90g <i>(Pierś z indyka, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i> Ziemiaki 180g Szpinak na gęsto (duszony) 75g (07) <i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Coleślaw 75g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cebula, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 70g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Pomidor 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2937.06 kcal, B: 119.72 g, T: 104.41 g, W: 402.88 g, Błonnik [g]: 44.8, Cukier [g]: 88.64, Sód [mg]: 4168.84, Kwasy tł. nas. [g]: 41.92</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przezier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 lekkostrawna</p> <p>E: 2834.88 kcal, B: 94.55 g, T: 108.42 g, W: 389.22 g, Błonnik [g]: 36.88, Cukier [g]: 90.64, Sód [mg]: 4442.73, Kwasy tł. nas. [g]: 39.91</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotleciki warzywne z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczerek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta lekkostrawna wysokobiałkowa</p> <p>E: 3028.68 kcal, B: 114.07 g, T: 115.78 g, W: 401.62 g, Błonnik [g]: 36.88, Cukier [g]: 99.04, Sód [mg]: 5046.93, Kwasy tł. nas. [g]: 43.24</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotleciki warzywne z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta trzustkowa, wątrobowa</p> <p>E: 2825.41 kcal, B: 112.91 g, T: 110.23 g, W: 362.9 g, Błonnik [g]: 33.05, Cukier [g]: 84.19, Sód [mg]: 4375.91, Kwasy tł. nas. [g]: 34.26</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kotleciki warzywne z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) Kalafior 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek wiejski lekki 150g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i> Kalafior 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2235.91 kcal, B: 89.22 g, T: 81.49 g, W: 301.56 g, Błonnik [g]: 29.23, Cukier [g]: 83.75, Sód [mg]: 3633.83, Kwasy tł. nas. [g]: 24.3</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku z miodem i masłem 500g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Miód pszczeli, Płatki jęczmienne (01), Masło ekstra (07))</i></p> <p>Pasta mięsna 150g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Kotleciki warzywne z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>		<p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (07) Dżem truskawkowy niskostodzony 20g</p>
<p>11-20.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1682.09 kcal, B: 97.35 g, T: 51.61 g, W: 221.18 g, Błonnik [g]: 23.2, Cukier [g]: 82.45, Sód [mg]: 1425.24, Kwasy tł. nas. [g]: 18.14</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Zupa kalafiorowa, z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Schab wieprzowy, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p>	<p>Pudding jaglany na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza jaglana)</i></p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
11-20.05.2026 dieta cukrzycowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>E: 2466.98 kcal, B: 122.34 g, T: 95.52 g, W: 303.8 g, Błonnik [g]: 46.95, Cukier [g]: 55.68, Sód [mg]: 3754.5, Kwasy tł. nas. [g]: 44.66</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kalafior 75g Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Galaretka owocowa bez cukru (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezmleczna)</p> <p>E: 2809.92 kcal, B: 109.72 g, T: 116.72 g, W: 357.97 g, Błonnik [g]: 49.23, Cukier [g]: 83.77, Sód [mg]: 4818.5, Kwasy tł. nas. [g]: 24.84</p>	<p>Płatki jęczmienne na napoju jaglanym 250g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i></p> <p>Kotleciki z soczewicy z sosem warzywnym (gotowanie) 150g (01,09) <i>(Soczewica czerwona, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatria, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (bezglutenowa)</p> <p>E: 2940.95 kcal, B: 117.09 g, T: 111.42 g, W: 391.86 g, Błonnik [g]: 48.22, Cukier [g]: 97.55, Sód [mg]: 4106.88, Kwasy tł. nas. [g]: 43.09</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa (wegetariańska)</p> <p>E: 2960.06 kcal, B: 105.66 g, T: 95.62 g, W: 446.84 g, Błonnik [g]: 57.22, Cukier [g]: 96.87, Sód [mg]: 3958.74, Kwasy tł. nas. [g]: 36.99</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta warzywna papryka i czerwona fasola 80g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa a'la gulaszowa z ziemniakami i ciecierzycą 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Ciecioraka, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 150g (07,01,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrya, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (3-18lat)</p> <p>E: 2737.58 kcal, B: 106.49 g, T: 98.71 g, W: 377.71 g, Błonnik [g]: 41.97, Cukier [g]: 80.33, Sód [mg]: 3868.51, Kwasy tł. nas. [g]: 39.72</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 120g (07,01,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 150g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 100g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 90g Pasta warzywna 80g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa oddział pediatryczny (1-3 lata)</p> <p>E: 1346.97 kcal, B: 58.7 g, T: 44.43 g, W: 190.24 g, Błonnik [g]: 23.28, Cukier [g]: 51.94, Sód [mg]: 2087.53, Kwasy tł. nas. [g]: 15.77</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 30g Pomidor 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Gruszka 65g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 90g (07,01,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 100g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 80g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Galaretka owocowa (po przyrządzeniu) 100g</p>	<p>Chleb pszenny 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 40g (07) Ogórek świeży 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Pasta warzywna 30g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatric, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-20)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>11-20.05.2026 dieta cukrzycowa oddział pediatryczny</p> <p>E: 2336 kcal, B: 114.08 g, T: 92.32 g, W: 285.08 g, Błonnik [g]: 44.12, Cukier [g]: 53.62, Sód [mg]: 3592.17, Kwasy tł. nas. [g]: 44.21</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 100g</p>	<p>Zupa gulaszowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Przecier pomidorowy, Szynka wieprzowa, Papryka czerwona, Koncentrat pomid. 30%, Koperek, Sól)</i> Kotleciki z soczewicy z sosem jogurtowym (gotowanie) 120g (07,01,09) <i>(Soczewica czerwona, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Pietruszka, Włoszczyzna (09), Pieprz, Sól)</i> Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180g (01) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kalafior 75g Kompot z owoców mieszanych (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa)</i></p>	<p>Galaretka owocowa bez cukru (po przyrządzeniu) 150g</p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Rzodkiewka 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: **Pediatrica, Położnictwo, ZPO**

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
<p>11-20.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2701.95 kcal, B: 96.79 g, T: 104.28 g, W: 368.43 g, Błonnik [g]: 46.96, Cukier [g]: 102.62, Sód [mg]: 4802.12, Kwasy tł. nas. [g]: 54.35</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)) Wędlina drobiowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) (Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojęczny (01,03), Przecier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) (Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon) Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g (Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) (Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek) Hummus paprykowy 40g Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Rzodkiewka 100g</p>

* - podwieczorek podawany jest na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-13)					
11-20.05.2026 lekkostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2943.65 kcal, B: 100.3 g, T: 109.71 g, W: 408.22 g, Błonnik [g]: 35.79, Cukier [g]: 125.44, Sód [mg]: 4413.02, Kwasy tł. nas. [g]: 52.9</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Makaron czterojęczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka owocowa, Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszponki 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Pasta warzywna 80g Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Marchew 100g</p>